جامعة مدينة السادات
كلية التربية
قسم علم النفس
(الصحة النفسية)

الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل

رسالة مقدمة من

الباحث/ جمال السعيد حمادة ناصر
اخصائي اجتماعي

للحصول على درجة الماجستير في التربية
علم نفس (صحة نفسية)

اشـــــــراف

أ.د/ شعبان حسين محمد
أستاذ الصحه النفسيه
كلية التربية – جامعة المنيا

أ.م.د/ أحمد ثابت فضل
أستاذ علم النفس التربوي المساعد
وقائم بعمل رئيس قسم علم النفس
كلية التربية – جامعة مدينة السادات

٢٠١٧م – ١٤٣٨هـ

بسم الله الرحمن الرحيم

صدق الله العظيم

[العلق : ١]

كلية التربية
جامعة مدينة السادات

محضر لجنة الحكم و المناقشة

بناء على اعتماد السيد الأستاذ الدكتور/ نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا والبحوث بتاريخ: ٢٩/ ٤/ ٢٠١٧م على تشكيل لجنة الحكم والمناقشة لرسالة الماجستير في التربية المقدمة من الطالب/ جمال السعيد حمادة ناصر، قسم علم النفس، تخصص صحة نفسية ، والمسجل في دورة ٢٠١٦ م بتاريخ ١٥/ ٣ / ٢٠١٦ م تحت عنوان:

" الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل "

وقد تمت المناقشة بمدرج (قاعة رقم ٢) بالدور الأرضي بمبنى كلية التربية- جامعة مدينة السادات يوم الثلاثاء الموافق ١٦ /٥/٢٠١٧م ، من الساعة الواحدة بعد الظهر ، حتى الساعة الرابعة عصراً .

وبعد المناقشة العلنية توصي اللجنة بمنح الطالب / درجة الماجستير في التربية قسم علم النفس، تخصص الصحة النفسية، بتقدير : ممتاز مع التوصية بتبادل الرسالة بين الجامعات ومراكز البحوث المصرية

لجنة الحكم و المناقشة:

م	الاسم	الوظيفة وجهة العمل	التوقيع
١	أ.د/ فاروق السيد عثمان	أستاذ علم النفس التربوي - كلية التربية - جامعة مدينة السادات . (رئيساً ومناقشاً)	
٢	أ.د/ فضل إبراهيم عبدالصمد	أستاذ الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة المنيا. (مناقش خارجي)	
٣	أ.د/ شعبان حسين خليفة	أستاذ الصحة النفسية - كلية التربية. جامعة المنيا. (مشرف ومناقش)	
٤	أ.م.د/ أحمد ثابت فضل	أستاذ مساعد وقائم بعمل رئيس قسم علم النفس بكلية التربية – جامعة مدينة السادات. (مشرف ومناقش)	

شكر وتقدير

أسجد لله حمداً الذي هداني ويسر لي أمري ومنحني العزم والصبر وحبب إلي هذا الأمر وأعانني على انجازه، وما توفيقي إلا بالله الذي علم بالقلم علم الإنسان ما لم يعلم، والصلاة والسلام على من لا نبي بعده وعلى اله وصحبه وسلم ومن اهتدى بهديه إلى يوم الدين وبعد ،،،

واهتداء بهدي نبيناً الكريم صلى الله عليه وسلم حين قال "من لا يشكر الناس لم يشكر الله". صدق رسول الله عليه الصلاة وأتم التسليم . (الترمذي ، ١٩٨٥م ، ٢٨١)

وعليه أغتنم هذه الفرصة كي أتقدم بجزيل الشكر والامتنان والعرفان إلى كل من أفاض على من علمهم الغزير، فساهموا في غرس بذور هذا العمل المتواضع حتى ظهر إلي النور وأخص بشكري وامتناني وعرفاني **معالي الأستاذ الدكتور / شعبان حسين محمد** أستاذ الصحه النفسيه بكلية التربية – جامعة المنيا، الذي غمرني بعلمه وجهده ووقته وتوجيهاته ما مكنني من اتمام هذا العمل المتواضع، فكان نعم المعلم ونعم الوالد، فجزاه الله عني خير الجزاء، وأخص بالشكر أيضاً والامتنان والعرفان **معالي الدكتور / أحمد ثابت فضل** أستاذ علم النفس التربوي المساعد وقائم بعمل رئيس قسم علم النفس بكلية التربية – جامعة مدينة السادات، الذي لم يبخل علي يوماً بعلمه وجهده ووقته وتوجيهاته، التي لولالها ما كان هذا العمل، ولا خرج إلى النور، فلن أنسى يوماً أنه صاحب الفضل بعد الله عزو وجل في أنه أول من يسر لي وعلي هذا العمل، فلهما مني وافر الشكر والتقدير، فقد كان إشرافهما على دراستي هذه عوناً لي على تحدي صعاب البحث العلمي.

والشكر موصول لمعالي الدكتور / عصام جمعة علم النفس التربوي المساعد بكلية التربية – جامعة مدينة السادات، لما قدمه لي من مساعدة وعلم غمراني به، فتعلمت على يديه أسس البحث العلمي، فله مني جزيل الشكر وعظيم الامتنان.

كما وأتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى السادة المحكمين الذين بذلوا جهداً طيباً في تحكيم أداة الدراسة.

كما أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلي معالي أعضاء لجنة الحكم والمناقشة **معالي الأستاذ الدكتور/ فاروق السيد عثمان** أستاذ علم النفس التربوي بكلية التربية – جامعة مدينة السادات

معلمي وأستاذي قبل أن يكون رئيساً للجنة الحكم والمناقشة، **ومعالي الأستاذ الدكتور / فضل إبراهيم عبدالصمد** أستاذ الصحة النفسية – كلية التربية – جامعة المنيا الذي يعد قامة من قامات البحث العلمي، فقد زادوا هذا العمل تشريفاً وفخراً، فجزاهم الله خيراً على ما قدموه من توجيهات للباحث، ولا أنسى شكري وتقديري لأسرتي الذين طالما كانوا عوناً لي في اتمام هذا العمل العلمي، والذي أتمنى من الله العلي القدير أن يكون هذا العمل لي لا علي يوم العرض عليه.

الباحث

مستخلص الدراسة

قام الباحث بعمل دراسة تحت عنوان "**الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل**".

هدفت الدراسة إلى الكشف على تأثير متغيرات النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينهم على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، وبلغت عينة التطبيق (٢٤٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية الفرقة الرابعة، وكانت أعمارهم الزمنية بين (٢٠-٢٣) عاماً، وكان المنهج الوصفي المقارن هو المنهج المستخدم لتحقيق أهداف الدراسة، واستخدم الباحث الأدوات التالية لجمع المعلومات:

- مقياس الأمل إعداد الباحث.
- مقياس الذكاء الوجداني إعداد فاروق عثمان السيد ومحمد عبدالسميع رزق (٢٠٠١م).
- مقياس قلق المستقبل إعداد زينب محمود شقير (٢٠٠٥م).

وكشفت نتائج الدراسة عن:

١- يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث) ولصالح الذكور، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) ولصالح منخفضي قلق المستقبل، والتفاعل بين (النوع ومستوى قلق المستقبل، التخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل) على الأمل لدى طلاب كلية التربية، في حين لم يوجد تأثير دال إحصائيًا لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على الأمل لدى طلاب كلية التربية.

٢- يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث) ولصالح الذكور، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) ولصالح منخفضي قلق المستقبل، والتفاعل بين (النوع ومستوى قلق المستقبل، التخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل) على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، في حين لم يوجد تأثير دال إحصائيًا لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية.

Abstract of the study

The study aimed at Detection of the effect of due to gender variable (males / females), academic specialization (scientific / literary), and level of future anxiety (low / high) And the interaction between them on the degree of hope and the emotional intelligence of students of the Faculty of Education, the sample was (240) fourth year students in the Faculty of Education, and their ages range between (20, 23) years. The used approach was the comparative descriptive approach to achieve the objectives of the study. In order to collect data, the researcher used the following instruments:

- Hope scale prepared by the researcher.
- Emotional intelligence scale prepared by Farouk Osman Elsayed and Mohammed Abdul-Samee Rizk (2001).
- Future anxiety scale prepared by Zainab Shoqair (2005).

The results of the study revealed about:

1- There is a statistically significant effect of the gender variable (males / females) in favor of males, the level of future anxiety (low / high) in favor of students of low future anxiety, and the interaction among (the gender and the level of future anxiety, and the academic specialization and the level of future anxiety) on the hope and emotional intelligence among the students of the Faculty of Education. However, there is no a statistically significant effect of the variable of academic specialization (scientific / literary) on the hope and emotional intelligence among the students of the Faculty of Education.

فهرس المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
عنوان الدراسة.	أ
آية قرآنية.	ب
قرار لجنة الحكم.	ج
شكر وتقدير.	د
مستخلص الدراسة باللغة العربية.	ه
مستخلص الدراسة باللغة الانجليزية.	و
فهرس المحتويات.	ز
قائمة الجداول.	ك
قائمة الأشكال.	ل
الفصل الأول: مدخل الدراسة	١-١٦
أولاً : المقدمة.	٢-٦
ثانياً : مشكلة الدراسة.	٦
ثالثاً : أهداف الدراسة.	٩
رابعاً : أهمية الدراسة.	٩
خامساً : محددات الدراسة.	١٠
سادساً : مصطلحات الدراسة.	١٢-١٦
الفصل الثاني: الإطار النظري	١٧-١١٣
أولاً : الأمل.	١٨
أ - علم النفس الإيجابي.	١٨
١- أهداف علم النفس الإيجابي.	٢٢
٢- مجالات البحث في علم النفس الإيجابي.	٢٣
ب - الأمل.	٢٤
١- مفهوم الأمل.	٢٤
٢- تعريفات الأمل.	٢٦

الموضوع	رقم الصفحة
٣- أبعاد الأمل.	٢٩
٤- الانفعالات الإيجابية والانفعالات السلبية وعلاقتهما بالأمل.	٣١
٥- الآثار الإيجابية للأمل.	٣٣
٦- التصورات النظرية للأمل.	٣٥
٧- نظريات الأمل.	٣٨-٤١
ثانياً : الذكاء الوجداني.	٤٢
أ- الذكاء.	٤٢
١- الذكاءات المتعددة.	٤٤-٤٧
ب- الذكاء الوجداني.	٤٧
١- مفهوم الذكاء الوجداني.	٤٧-٥٣
٢- تعريف الذكاء الوجداني.	٥٣-٥٧
٣- مكونات الذكاء الوجدانى وأبعاده.	٥٧
٤- أهمية الذكاء الوجداني.	٥٩
٥- النظرة التكاملية بين الذكاء والوجدان.	٦٠
٦- الذكاء الوجداني وسمات الشخصية.	٦٢
٧- الذكاء الوجداني والصحة النفسية والجسدية.	٦٥
٨- مهارات الذكاء الوجداني.	٦٦
٩- أساليب الذكاء الوجداني.	٦٨
١٠- خصائص وسمات الأذكياء وجدانياً.	٦٩
١١- النماذج المفسرة للذكاء الوجدانى.	٧١-٧٧
ثالثاً : قلق المستقبل.	٧٨
أ- القلق.	٧٨
١- مفهوم القلق.	٧٩
٢- أنواع القلق.	٨١
ب- قلق المستقبل.	٨٤

الموضوع	رقم الصفحة
١ – مفهوم قلق المستقبل.	٨٥
٢ – بنية قلق المستقبل.	٨٧
٣ – اسباب قلق المستقبل.	٨٩
٤ – المظاهر التأثيرية لقلق المستقبل.	٩١–٩٤
٥ – مجالات قلق المستقبل.	٩٤
٦ – قلق المستقبل وبعض المفاهيم المرتبطة به.	٩٦–١٠٠
٧- علاقة الماضي والحاضر والمستقبل بقلق المستقبل.	١٠٠
٨ – سمات ذوي قلق المستقبل.	١٠٢
٩ – آلية التعامل مع قلق المستقبل.	١٠٣–١٠٥
١٠- الاتجاهات النظرية المفسرة لقلق المستقبل.	١٠٥–١١٣
الفصل الثالث : الدراسات السابقة ، فروض الدراسة	١١٤–١٥٠
أولاً : الدراسات السابقة.	١١٥
١ – دراسات تناولت الأمل.	١١٥–١٢١
٢ – دراسات تناولت الذكاء الوجداني.	١٢١–١٣١
٣ – دراسات تناولت قلق المستقبل.	١٣١–١٤٠
٤ – دراسات تناولت العلاقة بين الأمل والذكاء الوجداني وقلق المستقبل.	١٤٠–١٤٧
التعليق العام على الدراسات السابقة.	١٤٧
ثانياً : فروض الدراسة.	١٥٠
الفصل الرابع : منهج وإجراءات الدراسة	١٥١–١٧٧
أولاً : محددات الدراسة.	١٥٢
١- منهج الدراسة.	١٥٢
٢- المحددات الجغرافية.	١٥٣
٣- المحددات البشرية.	١٥٣
٤- المحددات الزمنية.	١٥٥
٥- أدوات الدراسة.	١٥٥

الموضوع	رقم الصفحة
ثانياً : إجراءات الدراسة .	١٧٥
ثالثاً : خطوات الدراسة.	١٧٧
الفصل الخامس : نتائج الدراسة و التوصيات	١٧٩-١٩٠
أولاً : نتائج الدراسة ومناقشتها.	١٧٩
١- نتيجة الفرض الأول ومناقشتها.	١٧٩-١٨٤
٢- نتيجة الفرض الثاني ومناقشتها.	١٨٤-١٨٩
ثانياً : توصيات الدراسة.	١٨٩
البحوث والدراسات المقترحة.	١٩٠
مراجع الدراسة.	١٩١-٢٠٨
ملاحق الدراسة.	٢٠٩-٢٣٢
ملخص الدراسة باللغة العربية.	٢٣٤-٢٣٨
ملخص الدراسة باللغة الانجليزية.	١

قائمة الجداول

الرقم	الجداول	رقم الصفحة
١	يوضح المقارنة بين علم النفس الإيجابي وعلم النفس الاكلينيكي التقليدي.	٢١
٢	المتوسط والانحراف المعياري لعينة الدراسة من الذكور والإناث.	١٥٥
٣	مجموعة المقاييس التي تم الاطلاع عليها من قبل الباحث.	١٦٠
٤	نسب اتفاق المحكمين على بنود الصورة الأولية لمقياس الأمل لدى طلاب الجامعة.	١٦٣
٥	البنود التي لم تصل نسبة الاتفاق عليها (٨٠ ٪) من إجمالي المحكمين، وتم حذفها من الصورة الأولية لمقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية.	١٦٤
٦	البنود التي اتفق المحكمون على تعديلها في الصورة الأولية لمقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية.	١٦٥
٧	معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الأمل لطلاب كلية التربية وبين مجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه، حيث (ن=٤٠).	١٦٦
٨	معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية وبين مجموع درجات المقياس ككل، حيث (ن=٤٠).	١٦٧
٩	معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الأمل بعضها ببعض، وبينها وبين الدرجة الكلية للمقياس.	١٦٨
١٠	معاملات ثبات مقياس الأمل باستخدام معادلة ألفا كرونباخ.	١٦٩
١١	توزيع فقرات المقياس على مكونات الذكاء الوجداني.	١٧٠
١٢	قيم معاملات الصدق العاملي والصدق الارتباطي لمقياس الذكاء الوجداني.	١٧١
١٣	معاملات الثبات لابعاد الذكاء الوجداني والدرجة الكلية باستخدام معادلة ألفا كرونباخ.	١٧٢
١٤	توزيع فقرات المقياس على مكونات قلق المستقبل.	١٧٣
١٥	المتوسط الحسابي لمتغير الأمل وفقًا للنوع والتخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل لعينة من طلاب كلية التربية.	١٧٩
١٦	قيمة "ف" ودلالتها لتأثير (النوع × التخصص الأكاديمي × مستوى قلق المستقبل) على مقياس الأمل.	١٨٠
١٧	المتوسط الحسابي لمتغير الذكاء الوجداني وفقًا للنوع والتخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل لعينة من طلاب كلية التربية.	١٨٤
١٨	قيمة "ف" ودلالتها لتأثير (النوع × التخصص الأكاديمي × مستوى قلق المستقبل) على مقياس الذكاء الوجداني.	١٨٥

قائمة الأشكال

الرقم	الشكل	رقم الصفحة
١	علاقة الانفعالات الإيجابية بالأمل.	٣٢
٢	أثر الانفعالات السلبية على الصحة النفسية للفرد.	٣٣
٣	رؤية الباحث للأمل كمكون انفعالي معرفي.	٣٨
٤	ماهية الذكاءات المتعددة.	٤٤
٥	المقارنة بين الذكاء الوجداني والذكاء المعرفي وأثرهما في تحقيق النجاح لدى الفرد.	٥١
٦	العلاقة بين الانفعالات والعقل.	٥٢
٧	أبعاد الذكاء الوجداني.	٥٨
٨	العلاقة بين الجانب العقلي والانفعال لدى الفرد.	٦١
٩	التكامل والتفاعل الدينامي لأنظمة الشخصية.	٦١
١٠	مهارات الذكاء الوجداني.	٦٧
١١	رسماً توضحياً لمخطط نظري لمفهوم قلق المستقبل.	٨٩
١٢	المظاهر التأثيرية لقلق المستقبل.	٩١
١٣	النموذج المعرفي لآرون بيك لنشأة القلق.	١٠٩
١٤	توزيع المجتمع الأصلي وحجم عينة التطبيق.	١٥٤
١٥	مقاييس الأمل.	١٥٦

الفصل الأول

مدخل الدراسة

أولاً : المقدمة.

ثانياً : مشكلة الدراسة.

ثالثاً : أهداف الدراسة.

رابعاً : أهمية الدراسة.

خامساً : محددات الدراسة.

سادساً : مصطلحات الدراسة.

الفصل الأول

مدخل الدراسة

المقدمة:

تعد المرحلة الجامعية إحدى المراحل الهامة والفارقة في مسيرة المرء وحياته، ذلك أنه يرسم فيها مستقبله، وأهدافه التي يرجو تحقيقها، إلا أنها مرحلة تعتريها الكثير من التغيرات، ويتجاذب في تشكيلَها أطراف متعددة، وعوامل كثيرة.

فهذه المرحلة يجمع فيها الشَباب بحماستهم، وطموحاتهم ورغباتهم، وأحاسيسهم ومشاعِرهم، مع ما يحيط بهم من أحوال المجتمع الجامعي المتعدد الثقافات والوجهات، حيث الاحتكاك ببيئة جديدة عليهم منفتحة على كافة مستحدثات العصر، وتزرع داخلهم حب التمييز، ذلك أن كل فرد منهم يضع نصب عينيه مثالاً ناجحاً يحتذى به، ويرغب الوصول لما وصل إليه، بالإضافة إلى الآمال التي تُعقد عليهم من قِبل الأهل والمجتمع، فالكل يرقب وينظر إلى ما سوف يُشارك به هؤلاء الشباب في ركب الحضارة والثقافة، وما يمكن أن ينفع به نفسه وأسرته ومجتمعه.

إلا أن العصر الحالي وما يحيط به من تغيرات تتسم بالسرعة والاضطراب في شتى مناحي الحياة مما أدى لتعقدها، كل هذا جعل طالب الجامعة غير قادر على تحقيق كافة أهدافه، وأن تحقيق جزءاً منها لم يعد يترتب عليه تحقيق الطمأنينة له، فالتجاذبات والحراك السياسي وانعكاساته على الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية للمجتمع بصفة عامة والطالب الجامعي بصفة خاصة جعلته قلقاً من المستقبل وما يحمله معه من مفاجأت وتغيرات تتخطى قدرته على التكيف والتوافق مع مثل هذه الظروف المضطربة، وهذا ما جعله في حالة دائمة من التوتر والفوضى التي جعلته يفشل في تحديد الوسائل التي تحقق أهدافه، ومن ثم تحقق له قدراً من الراحة النفسية. (هبة مؤيد محمد، ٢٠١٠م، ٣٢١)

حيث يشير "أسعد فاخر حبيب" إلى أن طلاب الجامعة يفكرون بشكل كبير في المستقبل ويتخوفون منه وما يخبئه لهم، وهذه التخوفات إما خاصة تتمثل في عدم قدرة الفرد منهم بالارتباط بالشخص المناسب، وعدم الحصول على وظيفة مناسبة، والاحتياج المادي، والتفاوت الشديد بين ما يتمناه وما يمكن أن يحققه، وما يرتبط بذلك من أفكار خاطئة حول قدراته الذاتية، وبعضها عامة

مثل الفوضى السياسية والأوضاع الاقتصادية المتأزمة، وتدهور بعض القيم وتغيرها واختفاء بعضها الآخر. (أسعد فاخر حبيب، ٢٠١٤م، ٣٠٥)

كل هذه الأمور المقلقة بالإضافة إلى ما يحتويه نظام الجامعات من عملية اختيار الدراسة، وعدم القدرة على التكيف مع التخصص الجديد، وعدم الارتباط بين المواد الدراسية وواقعية الأعمال والوظائف المتاحة بعد التخرج، وما يرتبط بذلك من اتخاذ قرارات ذات أهمية كبرى لمستقبل الطالب وحياته العملية في ظل حالة من التخبط والضبابية التي تسود الواقع المعاش، كل هذا يخلق حالة من الصراع النفسي والاجتماعي، وتوتر انفعالي يؤثر سلباً على توافق الطالب مع ذاته ومع الآخرين. (أحمدعبدالمجيد صمادي و نوال محفوظ مرعي، ٢٠١٢م، ٦٩)

كل هذا يشير إلى كون المستقبل يعد مصدراً أساسياً من مصادر القلق، باعتبار مرحلة التعليم الجامعي بداية تحقيق الرغبات والطموحات وتقدير الذات، وظهور الامكانات الكامنة لدى الفرد، مما جعل هذه الظاهرة سمة لمجتمع ملئ بالتغيرات وعوامل جعلت منه المصير الغامض للكثير من طلاب الجامعة، وترتبط هذه الظاهرة بمجموعة من المتغيرات، منها ما يخص الفرد ومنها ما يرجع للمجتمع وأوضاعه المختلفة. (ناهد شريف سعود، ٢٠٠٥م، ٦٣)

وقد أشارت نتائج دراسة "ناهد شريف سعود" إلى ارتفاع مستوى قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، وأن الإناث أكثر قلقاً عن الذكور، ووجود علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل وكل من المجالات الاقتصادية ودخل الأسرة والتفاؤل والتشاؤم. (ناهد شريف سعود، ٢٠٠٥م، ٣٢)

وفي نفس السياق أشارت نتائج دراسة "إبراهيم شوقي عبدالحميد" (٢٠٠٢م) ودراسة "وسيفون" (١٩٨٢م)، إلى أن المشكلات المتعلقة بالمستقبل لدى الشباب تعكس وبوضوح نظرتهم نحو المستقبل، والتي ترتبط بشكل مباشر بتوقعاتهم الشخصية والإيجابية لذواتهم، وترتبط سلباً بتوتراتهم، فالبطالة والعمل غير المناسب هي النوافذ التي ينظر منها الطالب على عالم المستقبل، حيث يتم تخريج الآلاف من الشباب وهم يحملون خبرات ومؤهلات غير مطلوبة في مجال العمل، فلا يجدون في سوق العمل ما يتناسب ومستواهم العلمي والمهني، فتزداد البطالة وتظهر توابعها في صورة اضطرابات سلوكية نفسية. (نادية أوشن، ٢٠١٥م، ١٠)، (هويدة حنفي محمود وأخرون، ٢٠٠٦م، ٥٦)

ومن هنا يشكل المستقبل والاهتمام به الأولوية الكبرى في حياة هؤلاء الطلاب خاصة عندما يشعرون بأن مستقبلهم ليس تحت سيطرتهم، وأن رؤيتهم تجاهه مشوشة، مما يجعلهم غير قادرين على التفكير المتزن، ولا التخطيط الجيد لهذا المستقبل، مما يزيد قلقهم نحو مستقبلهم، لعدم قدرتهم على تحقيق تلك الطموحات، في ظل عدم اعتقاد كامل بقدراتهم الذاتية، وتحدي واضح لظروف الحياة الصعبة التي تحيط بهم.

ومن التنويه السابق فان هذه النظرة المتناقضة لطلاب الجامعات في واقعهم الحالي وما يواجهونه من مشكلات جمة، ومستقبلهم وما يرغبون في تحقيقه من أمنيات، مما يستلزم وجود مستوى كبير من الأمل لديهم، يمكنهم من الشعور بأن رغباتهم وأهدافهم يمكن تحقيقها، إلى جانب مستوى عال من الذكاء الوجداني، والذي يتمثل في معرفة الفرد لمشاعره وانفعالاته وضبطها، ومعرفته بمشاعر وانفعالات الآخرين، مما يمكنه من اتخاذ قرارات ذكية في أوقات مناسبة تمكنهم من تحقيق أهدافهم، وهو ما يحتاجه طلاب الجامعات، وخاصة من هم على أعتاب مرحلة التخرج والالتحاق بسوق العمل والتعامل مع الآخرين.

ذلك أن للأمل آثار إيجابية عديدة على التوافق والصحة النفسية لدى الفرد، إذ يقوم بدوراً كبيراً في رفع قدرة الفرد الذاتية على مواجهة الضغوط بكافة أشكالها، والمؤثرة على الصحة النفسية والجسمية في وقت واحد، ويتضح تأثيره الإيجابي على التطور النفسي والروحي للفرد وفق ما أشارت إليه نتائج العديد من الدراسات منها دراسة (عويد سلطان المشعان، ٢٠١٠م) والتي كشفت عن وجود علاقة موجبة بين الأمل والصلابة النفسية، وعلاقة سلبية بين الأمل والشكاوي البدنية والعصابية، وفي نفس السياق أشارت نتائج دراسة (هيام صابر شاهين، ٢٠١٣م) إلى دور الأمل في بناء شخصية الفرد وتطورها وتنمية صفات الصمود والمثابرة بالقدر الذي تمكنه من تحقيق أهدافه، وحمايته من المخاطر الناتجة عن أية مشكلات نفسية وصحية قد تواجهه، مما يؤكد ضرورة العناية بدراسته، بعدما ركز علم النفس كثيراً خلال تاريخه على الجوانب السلبية لدى الإنسان مثل القلق، والخوف والاكتئاب والعدوان والانحراف والمرض، قبل أن يركز على السعادة والرضا والأمل والتفاؤل والثقة والتوافق ونظرائها من الفضائل الإنسانية الراقية مثل الإيثار والشجاعة والأمانة والإيمان والواجب والمسئولية والبهجة والمثابرة وغيرها. (أحمد محمد عبدالخالق، ٢٠٠٤م، ١٨٣)

والأمل على هذا النحو يعد أحد العوامل المهمة والمؤثرة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والشعور بالسعادة والقدرة على الإنجاز وتحقيق الذات، ذلك أنه يمد الفرد بمجموعة من الأسس والمبادئ التي تمثل الدافع لتحقيق أهدافه وغاياته، في ضوء ما لديه من امكانات وقدرات وفي ظل الظروف البيئية المحيطة به، بغية تحسين حياته وحل مشكلاته، ومن ثم تحقيق الذات والسعادة النفسية والشعور بالأمن النفسي.

وبالإضافة إلى أهمية الأمل في حياة طلاب الجامعة، فإن هناك أهمية كبرى أيضاً لتوافر مستوى كبير من الذكاء الوجداني لديهم إذا ما رغبوا في تحقيق ما يبتغون، ذلك أنهم أحوج المراحل الحياتية لهذا المتغير الهام، نظراً لما يواجههم من تحديات ومصاعب وما يتعرضون له من قلق على مستقبلهم وقت تخرجهم، وبداية رحلة البحث عن عمل وتكوين الذات، الأمر الذي يكاد يكون من المستحيل تحقيق هذه الطموحات والآمال في ظل عدم قدرة هذه الفئة على تكوين علاقات جيدة مع الآخرين في مجال العمل وخلافه، نظراً لضرورة تفهمهم لمشاعر الآخرين بعد فهمهم الكامل لمشاعرهم وانفعالاتهم مما يتيح لهم القدرة الجيدة لاتخاذ القرارات الصائبة في الوقت المناسب، وما هذا إلا الذكاء الوجداني.

فالذكاء الوجداني يعد المفتاح لمعظم أولئك الذين نجحوا في حياتهم العلمية، والذين لم يكونوا يتمتعون بذكاء معرفي مرتفع فحسب، بل كانوا يتصفون بخصائص أخرى هامة كالمثابرة والتحمل والإصرار والتفاؤل وغيرها من السمات الانفعالية الإيجابية، وقد وجد أن هذه السمات يتصف بها المرتفعون في الذكاء الوجدانى؛ ذلك أن الذكاء الوجداني يعد مدخلاً جيداً لتنمية قدرات الأفراد، وتهيئتهم للحياة بصورة أفضل، ويساعدهم على استثمار قدراتهم المتاحة إلى أقصى حد ممكن، ويتضح ذلك من نتائج دراسات عدة منها دراسة "موراي" (Murray, 1994)، ودراسة "جاردنر وهرنشتاي" (Gardner&Hemstein, 1995)، فيما يتعلق باحتمالات النجاح في الحياة، أن من بين (١٠ % – ٢٠ %) فقط من التباين في إختبارات النجاح المهني، يمكن إرجاعه للقدرات العقلية في حين يتطلب النجاح المهني قدرات أوسع من ذلك كالمهارات الاجتماعية وضبط الانفعالات وإدارة وحفز الذات وهو ما أشار إليه (Ciarrochi, 2001). أورد في (موضي بنت محمد القاسم، ٢٠١١م، ٣٧)

كما اهتم العديد من الباحثين بدراسة مفهوم الذكاء الوجداني في مجالات العمل والتربية وكافة مجالات الحياة المتعددة، وأكدوا على أنه يرجع إليه السبب في نجاحات كثيرة ومنهم "جولمان" (Goleman, 1995)، الذي أشار إلى كون الذكاء الوجداني يسهم بنسبة (٨٠ %) في النجاح في الحياة، إلى جانب قدرته على مواجهة الضغوط والصعاب المتنوعة التي قد تقابل الفرد (ابراهيم محمد المغازي، ٢٠٠٣م، ١٣٥)، حيث أشارت نتائج دراسات كل من (أحمد شعبان عطية، ١٩٨٩م)، دراسة (أحمد ربيع عبدالحميد، ١٩٩٦م)، دراسة (أنور حمودة البنا وعائد عبداللطيف الربعي، ٢٠٠٦م)، ودراسة (مجدي محمد الشحات، ٢٠١٢م)، إلى أن طلاب الجامعات يواجهون أثناء مرحلة الدراسة الجامعية وبعدها العديد من الضغوط، منها الأسرية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية والأكاديمية ونقص المرونة مما يؤدي بهم إلى الانغلاق وعدم القدرة على التفاعل مع الآخرين.

فالذكاء الوجداني بهذا المعنى هو " قدرة الفرد على الانتباه والإدراك الصادق لانفعالاته ومشاعره الذاتية وانفعالات ومشاعر الآخرين والوعي بها وفهمها وتقديرها بدقة ووضوح، وضبطها وتنظيمها والتحكم فيها وتوجيهها، واستخدام المعرفة الانفعالية وتوظيفها لزيادة الدافعية، وتحسين مهارات التواصل الانفعالي والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين وتطوير العلاقات الإيجابية التي تكفل للفرد والآخرين تحقيق النجاح في شتى جوانب حياتهم ". (عبدالعظيم سليمان المصدر، ٢٠٠٨م، ٥٩٩)

ومما سبق يتضح كم الصعوبات والتحديات المتنوعة التي تواجه هؤلاء الطلاب، وتسبب لهم قدراً كبيراً من القلق تجاه مستقبلهم، الأمر الذي يستلزم معه ضرورة توافر مستويات مرتفعة من الأمل والذكاء الوجداني للتغلب على هذه المستويات المرتفعة من قلق المستقبل الذي ظهر مؤخراً وبشكل كبير بين مختلف فئات المجتمع كافة وبين طلاب الجامعات بشكل خاص.

مشكلة الدراسة :

يعد طلاب الجامعات عماد الأمة، فهم النخبة الصاعدة وقادة الغد وبناة المجتمع، فاهتمت الكثير من الدراسات بهم ووجه الاهتمام في البداية إلى المتغيرات التي تؤثر على مستوى التحصيل الأكاديمي لديهم، وبدأت تسود الآن البحوث التي تربط بين قدراتهم العقلية وصحتهم النفسية

وشعورهم بالسعادة والرضا عن الحياة، لما لها الأثر الأكبر على حياتهم قبل وبعد الالتحاق بسوق العمل.

إلا أن هذه الفئة تواجه الكثير من التحديات خلال القرن الحادي والعشرين وخاصة شباب دول العالم الثالث، وتتمثل هذه المشكلات في انتشار الفقر والبطالة والصراعات السياسية، وكل هذه المشكلات تؤدي في النهاية إلى شعورهم بقلق المستقبل، ولعل هذه التحديات الجمة تتطلب سمات شخصية إيجابية كالأمل والذكاء الوجداني، تلك السمات التي تمكنهم من مواجهة هذه التحديات والمضي قدماً في مجالات الحياة المختلفة، بهدف تحقيق مستوى مناسب من الصحة النفسية، ومواجهة كافة الضغوط الحياتية وعلى رأسها قلق المستقبل.

حيث أشارت نتائج دراسات عدة إلى وجود مستوى مرتفع من قلق المستقبل لدى هذه الفئة كدراسة (عرفات محمد السبعاوي، ٢٠٠٨م)، دراسة (هبه مؤيد محمد، ٢٠١٠م)، دراسة (محمد بن علي معشي، ٢٠١٢م)، ودراسة (محمد أحمد المومني و مازن محمود نعيم، ٢٠١٣م)، حيث أشارت نتائجها إلى وجود مستوى مرتفع من قلق المستقبل لدى طلاب الجامعات، ووجود اختلافات في هذا المستوى يعود لمتغيرات كالمجال الاقتصادي والمجال الأسري وغيرها، وفي نفس السياق أشارت نتائج دراسات مصرية أخرى منها دراسة "ابراهيم محمود بدر" إلى أن ما نسبته (٢٥%:٨٥%) من الشباب الجامعي المصري يعانون من انخفاض مستوى التوجه نحو المستقبل، وفقدان الأمل في المستقبل في ظل حالة عدم الاستقرار السياسي والاقتصادي، فتسود حالة من التوقع السلبي لديهم تجاه المستقبل (ابراهيم محمود بدر، ٢٠٠٣م، ٥٢)، ودراسة (محمود مندوة محمد، ٢٠٠٦م) والتي تمت على عينة من طلاب جامعة المنصورة، وكان من نتائجها ارتفاع مستويات القلق من المستقبل لدى طلاب الجامعة، وأن طلاب الفرقة الرابعة الذكور في التخصصات الأدبية خاصة أكثر قلقاً عن غيرهم، نظراً لحالة التوتر والخوف والتشاؤم فيما يختص بالمهنة لندرة فرص العمل بعد التخرج. أورد في (غالب بن محمد المشيخى،٢٠٠٩م، ١١٦)، ودراسة (إيمان عبدالوهاب محمود، ٢٠١٣م) والتي بحثت العلاقة التي تربط قلق المستقبل بضغوط الحياة لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات (كالعمر – الجنس– طبيعة الدراسة) عند شباب الجامعة، وأوضحت أن أكثر ما يشغل بال طلاب الجامعة هو انخفاض فرص العمل المتاحة للطالب بعد التخرج، وأنهم لا يشعرون بأن الجامعة تقدم لهم أكثر من مجرد كم من

المعلومات دون أن تقوم بتوجيهم نحو المهنة المناسبة، وهو نفس ما أشارت إليه نتائج دراسة (آمال إبراهيم الفقي، ٢٠١٣م) والتي بحثت طبيعة قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة بعد أحداث ثورة الخامس والعشرين من يناير، حيث أوضحت طبيعة التوتر والقلق من المستقبل والمتزايد من شباب الجامعة تجاه الأحداث السياسية والاقتصادية المستقبلية، بالإضافة إلى دراسة (ياسمين صلاح الدين الدسوقي، ٢٠١٥م) والتي أشارت نتائجها إلى وجود مستويات مرتفعة من قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة بثلاث جامعات مصرية هي: جامعة المنوفية، جامعة حلوان، وجامعة الأزهر، وأشارت أيضاً إلى وجود علاقة سلبية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح وإدارة الوقت.

ويحدث قلق المستقبل كنتيجة لشعورهم الدائم بالتوتر والضيق عند الاستغراق في التفكير في المستقبل، نظراً لضعف القدرة على تحقيق الأمال والطموحات التي يأملون تحقيقها، وعدم قدرتهم على اشباع حاجاتهم، في ظل مختلف المشكلات والضغوط النفسية التي تواجههم ولا يجدون حلاً لها، وتعطل أدوارهم، وغياب الهدف من الحياة (آمال عبدالسميع مليجي، ٢٠٠٤م، ١٥٧). أورد في (عمرو رمضان أحمد، ٢٠١٣م، ٥١١)

في حين أشارت نتائج دراسات عدة إلى وجود فروق في الأمل لدى طلاب الجامعة ومنها دراسة (عويد سلطان المشعان، ٢٠١٠م)، دراسة (عبدالحميد سعيد حسن، ٢٠١٠م)، دراسة توماس بريستر (Priester, 2012)، ودراسة (محمد إبرهيم عسلية وأسامة سعيد حمدونة، ٢٠١٥م)، منها ما يرجع إلى الجنس ومنها ما يرجع إلى التخصص العلمي، وأشارت كذلك نتائج دراسات أخرى إلى وجود فروق في الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة ومنها دراسة كياروشا وتشان وبيجار (Ciarrochi, Chan & Bajgar, 2001)، دراسة (عبد العظيم سليمان المصدر، ٢٠٠٨م)، دراسة (عباس نوح الموسوي، ٢٠٠٨م)، دراسة (مصطفي رشاد الأسطل، ٢٠١٠م)، دراسة (هدى عبدالرحمن أحمد، ٢٠١١م)، دراسة (أيمن غريب ناصر، ٢٠١١م)، ودراسة (إبراهيم باسل أبو عمشة، ٢٠١٣م)، بل أشارت نتائج بعضها إلى انخفاض تلك المستويات أو توسطها ومنها دراسة (عدنان محمد القاضي، ٢٠١٢م)، ودراسة (حمزه سليم الزغيلات، ٢٠١٦م).

ومن العرض السابق يتضح وجود العديد من المشكلات التي تواجه طلاب الجامعة أدت في النهاية إلى شعورهم بالقلق تجاه مستقبلهم، بالاضافة إلى انخفاض أو توسط مستويات الذكاء الوجداني والأمل، كما أشارت إلى ذلك نتائج الدراسات السابق ذكرها، وهذا ما تولد لدى الباحث من

خلال الاحتكاك المباشر بهذه الفئة وقت استكماله لعامين دراسيين كاملين أثناء استكماله لدراسته العليا بإحدى جامعات مصر وما لاحظه من تناقض واضح في مشاعر هذه الفئة إما بالأمل في الغد أو القلق من المستقبل والخوف من عدم القدرة على التواصل مع الآخرين وقت الالتحاق بسوق العمل، وعليه رغب الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال الإجابة على الأسئلة التالية:

- هل تختلف درجة الأمل لدى طلاب كلية التربية تبعاً لمتغيرات النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) والتفاعل بينهم؟

- هل تختلف درجة الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية تبعاً لمتغيرات النوع (ذكور/إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) والتفاعل بينهم؟

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى :

١- الكشف على تأثير متغيرات النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينهم على الأمل لدى طلاب كلية التربية.

٢- الكشف عن تأثير متغيرات النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينهم على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية.

أهمية الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية للكشف عن الفروق في الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية وفق متغير النوع (ذكور/إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، ومن هنا تكتسب هذه الدراسة أهميتها والتي تظهر في الاعتبارات النظرية والتطبيقية على النحو التالي:

أولاً: الأهمية النظرية

تنبع الأهمية النظرية لهذه الرسالة من الجوانب التي تلقي الضوء عليها وهي:

١- الاهتمام بفئة مهمة من فئات المجتمع وأعمقها أثراً وقوة اليوم وغداً ألا وهم طلاب الجامعات فبهم ينهض المجتمع ويلحق بركب الحضارة، ومن ثم وجب النظر نحو المشكلات التي قد تقف

عقبة تجاه مستقبلهم وتعيق توافقهم مع أنفسهم ومع الأخرين.

٢- التعرف على دور بعض المتغيرات كالنوع والتخصص العلمي ومستوى قلق المستقبل على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة.

٣- المساهمة الفعالة في تحديد الأهمية الكبرى للأمل والذكاء الوجداني بإعتبارهما من أهم السمات الإيجابية للشخصية التي تسهم وبشكل فعال في تحقيق طموحات وآمال طلاب الجامعة وقدرتهم على التأثير على مستوى قلق المستقبل لديهم.

٤- تساهم الدراسة في إثراء المكتبة العربية بدراسة أخرى عن متغيرين إيجابيين هامين هما الأمل والذكاء الوجداني لدى فئة هامة هم طلاب الجامعة.

٥- توجيه الانتباه نحو قلق المستقبل، وما يتبعه من فقدان الفرد لمعنى الحياة وقيمتها، مما يؤثر سلباً على توافقه النفسي وجدوى الأدوار المنوط به.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

١- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية العاملين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي في وضع برامج إرشادية تهدف إلى تعريف هذه الفئة على المصادر التي تعمل على تنمية الأمل والذكاء الوجداني لديهم مما يمكنهم من خفض مستوى قلق المستقبل لديهم.

٢- توجه هذه الدراسة النظر إلى الأهمية النفسية لهذة المتغيرات (الأمل والذكاء الوجداني) في حياة طلاب الجامعات مما قد يعطي فرصة أفضل لمزيد من الدراسات عن هذه الفئة والمؤثرة في حياتهم.

محددات الدراسة:

تحددت الدراسة الحالية بالآتي:

منهجية الدراسة:

وفقاً لمشكلة الدراسة وأسئلتها استخدم الباحث المنهج الوصفي المقارن، للإجابة على أسئلة الدراسة من خلال الإحصاء الوصفي المناسب لطبيعة الدراسة الحالية، ثم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الثلاثي لمعرفة الفروق في الأمل والذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة وفقاً لبعض المتغيرات (النوع / التخصص/مستوى قلق المستقبل).

المحددات الجغرافية:

تم اختيار عينة التطبيق الأساسية من طلاب كلية التربية بجامعة كفرالشيخ.

المحددات البشرية:

بلغ حجم مجتمع الدراسة الحالية (٩٦١) طالب وطالبة، من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بجامعة كفرالشيخ، وبلغت حجم العينة المبدئية (٤٨٠) طالب وطالبة، تم اختيار عينة الدراسة الأساسية وعددها (٢٤٠) (ذكور / إناث)، (علمي / أدبي) مناصفة، وتراوحت أعمارهم الزمنية بين (٢٠:٢٣) عاماً.

المحددات الزمنية:

تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة الدراسة الأساسية خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٧م.

أدوات الدراسة:

- مقياس الأمل إعداد الباحث.
- مقياس الذكاء الوجداني إعداد فاروق عثمان السيد ومحمد عبدالسميع رزق (٢٠٠١م).
- مقياس قلق المستقبل إعداد زينب شقير(٢٠٠٥م).

الأساليب الإحصائية:

سيقوم الباحث بمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها من خلال تطبيق أدوات الدراسة على عينة الدراسة باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية بالاعتماد على البرنامج الإحصائي SPSS وهي:

- الإحصاء الوصفي، ويتمثل في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- معامل ارتباط "سبيرمان – براون وجيتمان".
- معادلة ألفا كرونباخ.
- تحليل التباين الثلاثي.

مصطلحات الدراسة:

الأمل: Hope

المفهوم الاصطلاحي للأمل:

كان ينظر للأمل قبل خمسينات القرن العشرين بشكل فلسفي ونظري بحت، إلى أن جاءت دراسات "فرنش" (French, 1952) و "ميننجر" (Menninger, 1959) والتي أشارت نتائجها إلى دور الأمل في التكيف وسرعة الشفاء والهناء الذاتي، مما أوجد توجهات علمية لدى علماء الطب النفسي أمثال "فرانك" (Frank, 1968)، و"ستوتلاند" (Stotland, 1969) وآخرون، نحو دراسة الأمل وتحديده إجرائياً (عبدالمحسن إبراهيم ديغم، ٢٠٠٨م، ٩٢)، إلا أن اختلاف وجهات النظر نحو الأمل عقدت الأمور بعض الشيء، فمنهم من نظر إليه نظرة سلوكية كما فعل"ماورر" (Mower,1960)، ومنهم من نظر إليه نظرة انفعالية خالصة كما فعلت كل من "ستاتس و ستاسين" (Staats& Stassen, 1985) حيث عرفتاه بأنه: الفرق بين التوقعات الإيجابية للمستقبل والتوقعات السلبية للمستقبل" (Staats&Stassen,1985,235) (شين لوبيز وسنايدر، ٢٠١٣م، ١٧٤)، وحددا بعدين للأمل انفعالياً هما بعد التوقعات الإيجابية للمستقبل، وبعد التوقعات السلبية للمستقبل.

وتعرف التوقعات الإيجابية للمستقبل إجرائياً بأنها: مجموعة المشاعر الإيجابية المتولدة من الرغبة الحقيقية في التميز، والناتجة عن التفاعل الإيجابي بين العاطفة والادراك، ويقاس إجرائياً من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات أداة الدراسة المعدة لقياس الجانب الانفعالي للأمل.

وتعرف التوقعات السلبية للمستقبل إجرائياً بأنها: مجموعة المشاعر السلبية المتولدة عن التوقع السلبي لمجريات الأمور، والناتجة عن التفاعل السلبي بين العاطفة والادراك، ويقاس إجرائياً من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات أداة الدراسة المعدة لقياس الجانب الانفعالي للأمل.

ومنهم من نظر إليه نظرة معرفية مثل "سنايدر وأخرون" (Snyder et al , 2002) إذ يعرفه بأنه: حالة من الحافز الإيجابي القائم على عملية تفاعلية مبنية على الإحساس بالنجاح، ويشتمل على مكونين هما: المقدرة أي الطاقة الموجهه نحو الهدف، والسبل والتخطيط لتحقيق الأهداف "المسارات أو السبل" وعلى هذا النحو فالأمل ليس العاطفة وإنما نظام دينامي معرفي تحفيزي. (Snyder, et al., 2002, 820)

أبعاد الأمل كما يراها "سنايدر":

- **القدرة على الفعل (Agency) أو الإرادة (Will):** ويتكون من أربعة بنود تقيس درجة دافعية الفرد للتحرك نحو تحقيق أهدافه كما يدركها هو.

ويعرف إجرائياً بأنه: تلك الطاقة التي تتولد لدى الفرد وتعمل على البدء ومواصلة التحرك نحو تحقيق الهدف، وذلك من خلال التفكير المتواصل، وحشد الامكانات الذاتية، وشحذ الدافعية الذاتية بامتلاك ألفاظ ومصطلحات محفزة يستخدمها الفرد في حديثه مع الذات.

- **السبل (Pathways):** ويتكون من أربعة بنود تقيس قدرة الفرد على إيجاد طرق عملية للوصول إلى أهدافه كما يدركها، في ظل ظروف معوقة أو غير معوقة للسعي نحو الهدف، ويمكن ضم المقياسين الفرعيين فينتج عنهما الدرجة العامة للأمل. (أحمد محمد عبدالخالق، ٢٠٠٤م، ١٦٨)

ويعرف إجرائياً بأنه: قدرة الفرد الفعلية على التوصل إلى مجموعة من الطرق والمسارات البديلة والتي تمكنه من تحقيق أهدافه حال عجز الطرق الأساسية، فهي تشير إلى قدرة الفرد المتخيلة على استحداث سبل ناجحة لتحقيق هذه الأهداف، في ضوء الإيمان الكامل بامكاناته وقدراته والنابع من خبرات سابقة سارة.

المفهوم الإجرائي للأمل:

ومما سبق ومع التوجهات الحديثة سيعتمد الباحث وجهة النظر المتكاملة للأمل كونه مفهوم يجمع الخصائص الانفعالية والمعرفية في آن واحد، مستنداً في ذلك على وجهة النظر الانفعالية لستاتس و ستاسين (Staats&Stassen,1985)، ووجهة النظر المعرفية لسنايدر وأخرون (Snyder et al , 2002) **وعليه يعرف الباحث الأمل إجرائياً بأنه:** "حالة دافعية موجبة تعتمد على الشعور المستمر بالنجاح، والمبني على حسن تقدير المواقف، ووضع الأهداف وفق الإمكانات والقدرات الخاصة به، ثم السعي والتخطيط الجيد للوصول لهذه الأهداف، مهما كانت الضغوط والتحديات التي قد تواجهه مستعيناً في ذلك بخبراته السارة في توقع كل ما هو ايجابي، ويتم قياسه بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الأمل المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد الباحث، حيث أن الدرجة المرتفعة تدل على إرتفاع الأمل والدرجة المنخفضة تدل على إنخفاض الأمل".

الذكاء الوجداني: Emotional Intelligence

المفهوم الاصطلاحي للذكاء الوجداني:

تم التعرض لمفهوم الذكاء الوجداني إجرائياً على يد "سالوفي وماير" حينما عمدا إلى تطوير طرقاً لقياس الفروق بين الأفراد في القدرة العاطفية، حيث عرفا الذكاء الوجداني بأنه: "القدرة على معرفة الشخص مشاعره وانفعالاته الخاصة كما تحدث بالضبط ومعرفته لمشاعر الآخرين، وقدرته على ضبط مشاعره والتحكم فيها وتعاطفه مع الآخرين والإحساس بهم، وتحفيز ذاته لصنع قرارات ذكية. (Salovey & Mayer, 1990)

ومن التعريف السابق يتضح كون الذكاء الوجداني من وجهة نظرهما مجموعة من القدرات، في حين كانت هناك وجهة نظر مختلفة تبناها "دانيال جولمان" على أنه مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية، إذ **يشير "دانيال جولمان" (Goleman, 1995) إلى الذكاء الوجداني على أنه:** القدرة على التعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين، وعلى تحفيز ذواتنا، وعلى إدارة انفعالاتنا وعلاقاتنا مع الآخرين بشكل فعال، وبذلك عبر جولمان عن الذكاء الوجداني في خمس مهارت هي الوعي بالذات وإدارة الذات وحفز الذات والتعاطف والتعامل مع الآخرين. أورد في (إبراهيم باسل أبوعمشه، ٢٠١٣م، ٨٠)

في حين رأى البعض أنه مجموعة من القدرات ينبع منها مجموعة من المهارات يظهر هذا في تعريف "**فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" بأنه:** القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية، وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية ومهنية إيجابية، تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني، وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة المهنية والاجتماعية. (فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق، ٢٠٠١م، ٣٦)

ويعرفه "أيمن غريب ناصر" على أنه: مجموعة السمات المزاجية والاجتماعية التي تؤثر على تنوع المحتوى الوجداني للأشخاص، من حيث مدى ودقة فهم المشاعر ومن ثم رفع مستوى القدرة على مواجهة ومعالجة المشكلات، خاصة الوجدانية منها بنجاح، وتتضمن أربعة مكونات أساسية هي الوعي بالذات، الفهم والتواصل الاجتماعي، التعبير عن المشاعر، التكيف ومعالجة المشكلات. (أيمن غريب ناصر، ٢٠١١م، ١٥٧)

المفهوم الإجرائي للذكاء الوجداني:

وتبنى الباحث تعريف "فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م) في الدراسة الحالية، نظراً لموافقته وأهداف الدراسة ورؤية الباحث نحو الذكاء الوجداني، حيث يعرف الباحث الذكاء الوجدانى إجرائياً بأنه: قدره الفرد على الوعي بمشاعره وانفعالاته وضبطها وإدارتها، والوعي بمشاعر الآخرين وانفعالاتهم، ومساعدتهم على توجيهها والتحكم فيها والتعاطف معهم وحل الصراعات، ويتم قياسه بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الذكاء الوجداني والمستخدم في الدراسة الحالية من إعداد (فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق، ٢٠٠١م)، حيث أن الدرجة المرتفعة تدل على ارتفاع الذكاء الوجداني والدرجة المنخفضة تدل على انخفاض الذكاء الوجداني.

قلق المستقبل: Future Anxiety

المفهوم الاصطلاحي لقلق المستقبل:

يعد المستقبل هو الأمل الذي يعيش الإنسان من أجله، ولولاه لم يكن لحياته معنى، ومن هنا يكتسب زمن المستقبل أهميته لتأثيره في توجهات الأفراد نحو الأشياء المحيطة اليوم وغداً، إذ يمثل نزعة الفرد لوضع أهداف بعيدة المدى، ومن هنا يظهر مدى الارتباط الكبير بينه وبين قلق المستقبل حيث يعمل الإنسان دوماً على التخطيط لمستقبله، أملاً في تحقيق أهدافه وطموحاته، التي إن تحققت أصبح سعيداً، يتمتع بصحة نفسية عالية، وإن لم تتحقق وتتطابق مع الواقع فيقلق، ويحزن، ويصاب بقلق المستقبل. (نيفين عبدالرحمن المصرى، ٢٠١١م، ٣١)

وهو بهذا الشكل يعد أحد أنظمة القلق التي بدت تطفو على السطح كنتيجة لتطور العصر وتعدد مطالبه واحتياجاته (محمود محيى الدين عشري، ٢٠٠٤م، ١٤٨)، فهو جزء من القلق العام المعمم على المستقبل، يمتلك جذوره في الواقع الراهن، ويتمثل في مجموعة من البنى كالتشاؤم وإدراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة، وفقدان السيطرة على الحاضر وعدم التأكد في المستقبل، ولا يتضح إلا ضمن إطار فهمنا للقلق العام (ناهد شريف سعود، ٢٠٠٥م، ٦٣).

وتعرفه "زينب محمود شقير" على أنه: خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع و للذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة مع تضخيم للسلبيات ودحض الإيجابيات الخاصة بالذات

والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات، والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي إلى حالة من التشاؤم من المستقبل وقلق التفكير في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس. (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥م، ٥)

ويرى "غالب بن محمد المشيخي" أن قلق المستقبل هو: شعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي اتجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس. (غالب بن محمد المشيخي، ٢٠٠٩م، ٤٧)

وتعرف "وفاء محمد القاضي" قلق المستقبل بأنه: الخوف من مجهول يجعل الفرد يشعر بعدم الاستقرار والخوف من الموت ومواجهة الحياة المستقبلية والخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل وهذا ما يسبب لديه حالة من التشاؤم واليأس قد تصل إلى درجة الاضطراب. (وفاء محمد القاضي، ٢٠٠٩م، ٨)

المفهوم الإجرائي لقلق المستقبل:

وتبنى الباحث تعريف "زينب محمود شقير"(٢٠٠٥م) في الدراسة الحالية، نظراً لموافقته وأهداف الدراسة ورؤية الباحث نحو قلق المستقبل، ويعرف الباحث قلق المستقبل إجرائياً بأنه: حالة انفعالية مضطربة غير سارة، تحدث لدى الفرد من وقت لآخر، وتتسم تلك الحالة بالشعور بالتوتر والضيق والخوف الدائم وعدم الارتياح وفقدان الأمن النفسي تجاه الموضوعات الهامة التي تهدد كيانه، ويقترن بتوقع وترقب خطر مجهول يمكن حدوثه في المستقبل، وقد تكون هذه الحالة مؤقتة أو مستمرة، ويتم قياسه بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس قلق المستقبل والمستخدم في الدراسة الحالية من إعداد (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥م)، حيث أن الدرجة المرتفعة تدل على ارتفاع قلق المستقبل والدرجة المنخفضة تدل على انخفاض قلق المستقبل.

٤- طلاب كلية التربية: هم الطلاب والطالبات الذين أكملوا الدراسة الإعدادية والثانوية والتحقوا بكلية التربية، ومدة الدراسة فيها أربع سنوات ويحصلون بعد إجتيازهم لها على شهادة البكالوريوس أو الليسانس وفق التخصص.

الفصل الثاني

الإطار النظري

أولاً : الأمل.

ثانياً : الذكاء الوجداني.

ثالثاً : قلق المستقبل.

الفصل الثاني

الإطار النظري

يحتوي هذا الفصل على تعريف كل من مفاهيم الأمل والذكاء الوجداني وقلق المستقبل، وعرض للنظريات المفسرة لهذه المفاهيم.

أولاً- الأمل

يعد الأمل مصدر من مصادر القوة التي تدعم القوى الذاتية لدى الفرد بما يمكنه من مواجهة حياته ويهيئ له فرصاً للصيرورة الإيجابية والتطلع إلى أفضل عناصر ممكنة في المستقبل عبر حاضر يخطط له بإرادته وقدرته، فالأمل يمثل للفرد مجموعة القوى التي تجعله يستطيع الاستخدام الأمثل لقدراته وامكاناته من أجل وضع الأهداف الممكنة أمام عينه، ويحدد أقصر الطرق للوصول إليها رغم التحديات والصعوبات، ويقع الأمل في قلب البحوث المرتبطة بعلم النفس الايجابي، ذلك العلم الذي يبحث عن الفضائل الانسانية وسبل تنميتها، وعليه وجب الحديث عن هذا العلم القديم في نشأته الحديث في الاهتمام به من قبل علماء النفس أمثال "مارتن سيلجمان" (Martin Seigman) وغيره، حيث اهتم هذا العلم كثيراً بتلك المتغيرات الايجابية كالأمل وغيره من السمات الايجابية المهمة للفرد في ظل عالم تسوده الصراعات والضغوط.

أ- علم النفس الإيجابي Positive Psychology

أشار "مسعد نجاح أبوالديار" إلى أن علم النفس الإيجابي له عمر طويل وقديم، ربما يكون قديماً قدم البشرية، ولكن له تاريخ شديد القصر، ولكن تاريخياً يعد أحد الفروع الحديثة نسبياً في علم النفس، إذ تعود نشأته إلى اسهامات بعض فروع علم النفس الأساسية والتطبيقية، والتي ظهرت بوضوح في أعمال كل من "سيغموند شلومو فرويد" (Sigmund Freud, 1945)، وخاصة تلك التي تحدث فيها حول مبدأ السرور(مسعد نجاح أبوالديار، ٢٠١٢م، ١١)، وكذلك أفكار وآراء "كارل يونج" عام (Carl Jung, 1955)، والتي دارت عن مبدأ الكمال الشخصي والروحي وآخرين، أمثال "كارل روجرز"(C.Rogers)، "برهام ماسلو"(A.Maslow)، "هنري موراي"(H.Murray)، "جوردن البورت" (G.Allport)، "روللوماي" (R.May) وآخرين، حيث

كانت الأسس العلمية لعلم النفس الإيجابي متضمنة في أعمالهم واحداً تلو الآخر وإن لم تكن بالوضوح التي هي عليها الآن. أورد في (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ١١)

بل يرى البعض أنه قد يعود في مضمونه لما اطلق عليه "أرسطو" الحياة الطيبة قبلاً (Good Life)، وحديثاً ظهر علم النفس الإيجابي عام (١٩٩٨م) حينما اختاره "مارتن سيلجمان" (Martin Seigman)، "أستاذ علم النفس العيادي بجامعة بنسلفانيا، ومدير مركز التدريب لعلم النفس العيادي بتلك الجامعة، والذي كان أيضاً من خبراء العلاج المعرفي للاكتئاب والمرض النفسي، وكان في الأصل معالجاً سلوكياً" موضوعاً لرئاسته للرابطة الأميريكية لعلم النفس (APA)، حيث يعد أباً لهذه الحركة الحديثة، ولعل أشهر دراساته كانت بعنوان "العجز المتعلم" والتي أنجزها مع "مايير"، حيث اتبع "سيلجمان" طريقة "آرون بيك" (beck) في العلاج المعرفي، والتي هدفت لتعديل الأفكار المغلوطة واستبدال الأفكار السلبية التشاؤمية الانهزامية بالأفكار الواقعية الإيجابية. (مصطفي حجازي، ٢٠١٢م، ٢٣)

ذلك أن الخبرات العملية قد حولت فكر "مارتن سيلجمان" (Martin Seigman) من دراسة المرض النفسي إلى دراسة الفضائل والمتغيرات الإيجابية في شخصية الفرد، حيث كان هناك تذمر وملل من قبل بعض علماء النفس أنفسهم، والذين أثقل كاهلهم الاهتمام بالمرضى طيلة عقود من الزمن، وشعروا بضرورة التغيير في مساره من خلال الاهتمام بالأصحاء والأقوياء، الأمر الذي جعل "مارتن سيلجمان" يتبنى عملياً إشارة البدء في تنفيذ بحوث ودراسات جديدة تبحث فقط عن الفضائل والإيجابيات في الشخصية وكيفية تنميتها، فقد تبين لديه وبعد خمسين عاماً قضاها في النموذج الطبي النفسي (Psychiatric Model) ونموذج الأمراض (Diseases Model)، أنه لا يمكن الاعتماد عليهما في تحقيق أهداف الوقاية من المرض النفسي، وأنه من الأفضل تبني نموذج أخر يعمل على تنمية القوى النفسية لدى الفرد، والتي أشار إليها "ماسلو" في كتابة (الدوافع الشخصية) عام (١٩٥٤م)، مما أدى إلى تبنيه للنموذج النظري لعلم النفس الإيجابي بمختلف مكوناته، والمتمثلة في: الوعي بالتنعم الذاتي، والإنغماس في الحياة السعيدة، والبحث عن المعنى في الحياة، وخصال الأفراد البنائي وتطوير مؤسسات التطبيع الاجتماعي. (بشير معمرية، ٢٠١٠م، ١٠٧-١٠٨)، (محمد نجيب الصبوة، ٢٠٠٨م، ١٧)

وعلية فقد نشأ علم النفس الإيجابي بعيداً عن الاهتمام بالمرض والاضطرابات والتي أهتم

بها منذ نشأته، حيث كان اهتمام علم النفس في الأساس منصباً على دراسة الأمراض والتعرف على الأسباب المؤدية لها وطرق علاجها دون النظر إلى دوافع المريض ذاته وإمكانية الاستفادة من هذه الدوافع في علاجه من خلال محاولة العمل على تنميتها وتدعيم الجوانب الإيجابية فيها، وهذا ما أصبح واضحاً مع نشوب الحرب العالمية الثانية حيث كان هناك اهتماماً كبيراً بالعلاج والتداوي والتركيز على إصلاح ما أفسده المرض، وكذلك دراسة المشكلات والضغوط التي قد تلحق بالفرد، مما أدى إلى تجاهل إيجابيات الفرد والمجتمع، مما خلق ضرورة لوجود ذلك العلم الذي وجد للبحث ودراسة كافة جوانب القوة لدى الفرد، والعمل على دعمها بشتى الطرق الممكنة، ومواجهة كافة الضغوط التي قد يواجهها، وتحسين نوعية الحياة التي يحياها، والقدرة على الاستمتاع بها، فبدأ بدراسة متغيرات إيجابية كثيرة منها: الأمل، الرضا، التفاؤل، السعادة، الشجاعة، الاخلاص، التسامح والإيثار، التحمل، العقلانية، الاستبصار، المثابرة، والإبداعية وغيرها من الفضائل. حيث أشار كلاً من (Seligman&Csikszentmihalyi,2000)، إلى أن هناك ثلاث موضوعات رئيسية تم تقديمها والتعامل معها من قبل علم النفس الإيجابي وهي: التركيز على الخبرات الإيجابية، الشخصية الإيجابية والسياق.

وعلم النفس الإيجابي من هذه النظرة يمكن تعريفه بأنه ذلك العلم الذي يهتم مباشرة بجوانب القوة لدى الفرد والقدرة على مواجهة كافة الضغوط والمشكلات، التي قد تطرأ بفعل التطور الحادث في شتى مناحي الحياة، فهو علم خلق خطوطاً نظرية الهدف منها توحيد الرؤى والاتجاهات والأبحاث والدراسات التي كانت متناثرة فيما مضى في علم واحد يختص بدراسة كل ما هو إيجابي لدى الفرد والعمل على تنميتها واستثمارها بالقدر الذي يسمح للفرد بتخطي كافة العقبات التي قد تواجهه، وهو أيضاً ذلك العلم الذي مكن علماء النفس من أن يأخذوا ما تعلموه من علم ممارسة علاج الأمراض العقلية والنفسية طوال قرون مضت ويستخدمونه في خلق ممارسات تجعل الأفراد أكثر سعادة، وشعوراً بأهمية الحياة، والاستمتاع بكافة ما فيها من جوانب إيجابية قد يغفل عنها بفعل المرض أو بفعل الضغوط التي قد تسببها مختلف المشكلات التي قد تواجهه، وقد سمي هذا العلم بعلم النفس الإيجابي. (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ٨-٩)

والجدول (١) يوضح الفروق بين كلاً من علم النفس الإيجابي وعلم النفس الإكلينيكي التقليدي في الاتجاهات والاهتمامات، ففي حين ركز علم النفس الإكلينيكي التقليدي منذ نشأته على

الأمراض وجوانب الضعف في الشخصية، جاء علم النفس الإيجابي ليركز على كافة جوانب القوة في شخصية الأفراد، والاستراتيجيات والبرامج التي تتعلق بتنميتها.

الجدول (١)

المقارنة بين علم النفس الإيجابي وعلم النفس الإكلينيكي التقليدي.

علم النفس الإيجابي	علم النفس الإكلينيكي التقليدي
يركز على	**بدلاً من**
أوجه القوة	أوجه القصور
الفرص	الأخطار
تعزيز الإمكانات	التوقف عند المعوقات
تنشيط الكفاءة والصحة الكلية للإنسان	التركيز على الاضطرابات وعلاجها

فهو علم يعرف بأنه الدراسة العلمية ذات الطبيعة النظرية والتطبيقية للخبرات الإيجابية، وللخصال أو السمات الشخصية الفردية الإيجابية وللمؤسسات النفسية والاجتماعية التي تعمل على تيسير وتنمية هذه الخبرات والخصال والإرتقاء بها لخلق إنسان ذو شخصية فعالة ومؤثرة، وكذلك ما يجب أن يكون عليه هذا الكائن مستقبلاً، فهو علم يهتم بالمستوى الانفعالي والمعرفي وبالخبرات الإيجابية للفرد في الماضي والحاضر والمستقبل. (محمد نجيب الصبوة، ٢٠١٠م، ٢)

ويعرفه كلاً من "محمد عبدالظاهر الطيب" و"سيد أحمد البهاص" بأنه: اتجاه حديث يهتم بدراسة الجوانب الإيجابية للشخصية الإنسانية، وتفعيل دور السواء النفسي في مواجهة الضغوط الحياتية بأنواعها وصولاً إلى سعادة الفرد ورقي المجتمع. (محمد عبدالظاهر الطيب وسيد أحمد البهاص، ٢٠٠٩م، ٣٦)

ومن التعريفات السابقة لعلم النفس الإيجابي يتضح اتفاق باحثيه فيما بينهم في أن الاضطراب النفسي بكافة أشكاله من قلق أو خوف أو حزن أو اكتئاب، لا يجب النظر إليه ولا أن نتعامل معه كما نتعامل مع أي مرض عضوي ينتهي علاجه بالتخلص من أعراضه المرضية فقط؛ بل أن الواقع يقول أن العلاج النفسي الإيجابي لا يتوقف بالتخلص من الأعراض بل يبدأ بالتخلص

من هذه الأعراض، لأن التخلص منها ماهو إلا نقطة بداية لما يجب أن تتطور له بعد ذلك حياة المريض النفسي من إنجازات وتغيرات إيجابية تظهر في سلوكه وأفعاله بعد التخلص مما سببته هذه الأعراض، من تغيير في البنية المعرفية للمريض، والتي جعلت من عدم مقدرته لتخطي المرض بذاته هي السمة الغالبة عليه، ولن يتأتى هذا إلا من خلال التركيز على الجوانب الإيجابية وجوانب الصحة النفسية والقوة لتغذيتها بالمزيد من التطوير والدعم اللازمين لجعل دوافع المريض بالخروج من حالة المرض لديه إلى حالة السواء هي المحرك للخروج من مرضه. (محمد السعيد ابوحلاوة، ٢٠١٤م، ٦)

١ ـ أهداف علم النفس الإيجابي:

وقد أشار"مسعد أبوالديار" إلى أن الهدف الرئيسي الذي وجد من أجله علم النفس الإيجابي يتمثل في قياس جوانب القوة لدى الفرد والعمل على فهمها بالطريقة التي يمكن بنائها ودعمها وصولاً إلى تحقيق الحياة الطيبة والإيجابية له وللآخرين، وهو بهذا الوضع يعمل على تغيير مركز اهتمام علم النفس من المرض المعوق إلى المعاني الفعالة وكيفية تنميتها(مسعد أبوالديار، ٢٠١٢م، ١٤)، ويمكن تلخيص هذه الأهداف فيما يأتي:

– يساعد الفرد على إيجاد استراتيجيات مبتكرة وفعالة لحل مختلف المشكلات التي قد تواجهه.

– يوضح كيفية الاستفادة من جوانب القوة في الشخصية والعمل على تطويعها واستخدامها أفضل استخدام وذلك من خلال تعديل أو تغيير القيم المعرفية الخاطئة التي قد يسببها المرض النفسي.

– يعمل على إكتساب المهارات والخبرات الإيجابية من خلال عمليات الدعم المختلفة لمواجهة مختلف المشكلات التي قد يواجهها الفرد.

– يهتم بالطرق التي من خلالها يمكن تدعيم ثقة الفرد في ذاته وشعوره بالأمل والإيجابية في الحياة، مما يساعده على الإندماج الفاعل مع الجماعة، والشعور بجودة الحياة والاستمتاع بها. أورد في (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ١٤)

أي أنه علم يهدف إلى البحث عن نقاط القوة الإنسانية والنمو السوي لدى الأفراد والجماعات والمؤسسات، وإيجاد الأساليب اللازمة لتحقيق هذه الأهداف عن طريق توافر الشعور بالسعادة والأمل والاستمتاع بالحياة لدى الأفراد حتى يستطيعوا مقاومة كافة الضغوط والاضطرابات

والظروف القاسية التي قد يواجهونها، ويركز أيضاً على أوجه القوة لدى الفرد بدلاً من أوجه القصور، وعلى تعزيز الإمكانات بدلاً من التوقف عند المعوقات والبحث عنها، ويهدف أيضاً إلى تنشيط الفاعلية الوظيفية والكفاءة الذاتية والصحة الكلية للفرد، كل هذا بهدف الوصول إلى المزيد من تحقيق ذاته. (مصطفي خليل عطاالله وفضل إبراهيم عبد الصمد، ٢٠١٣م، ٥)

٢ ـ مجالات البحث في علم النفس الإيجابي:

يقوم التصور النظري لعلم النفس الإيجابي على ثلاثة مكونات وهي في ذاتها مجالات البحث فية وهي كالتالي:

ـ **دراسة الخبرة الإيجابية الذاتية أو المشاعر الإيجابية:** حيث يتم دراسة موضوعات ذات صبغة نفسية هامة في حياة الفرد والمجتمع: كالحب والمودة والرحمة في الماضي والحاضر والمستقبل. ويتضمن الانفعال الإيجابي في حياتنا الماضية القناعة والإخلاص الديني والرضا والصفاء النفسي. أما الانفعال الإيجابي في الحاضر فيتضمن الثقة بالنفس والخلق الرفيع والإنجاز المثمر واللذة والمتع الجسمية وألوان البهجة المركبة، أما الانفعال الإيجابي في المستقبل فيتضمن التفاؤل والأمل.

ـ **دراسة السمات الإيجابية للفرد:** وفية يتم دراسة لمختلف القوى النفسية في حياة الفرد وشخصيته وخصال الشخصية الخلوقة وفضائلها، والسمات الشخصية الإيجابية كالعبقرية والابتكار والموهبة وكذلك القدرات المعرفية والشجاعة والقيادة وغيرها من الخصال الطيبة التي تنعم عن التفرد والاختلاف.

ـ **دراسة الحياة ذات المعنى:** وهي تلك التي تحققها المؤسسات الاجتماعية والثقافية التي تنشئ وتدعم وتحث على الأخلاق والفضائل والطبيعة الإنسانية السامية، تلك المؤسسات التي تدفع الأفراد إلى العيش بخصال تتسم بالمسئولية والإيثار والتحمل والتسامح والإلتزام بمبادئ العمل الأخلاقية، فهي مؤسسات ميسرات للحياة السعيدة، محققات لأمال وطموحات الأفراد، فتجعل حياة الأفراد في ماضيها وحاضرها ومستقبلها، حياة ذات معنى. (بشير معمرية، ٢٠١٠م، ١٥٣)

وقد تم تحديد مجموعة من الفضائل من قبل فريق من الباحثين السيكولوجيين الأمريكيين بينهم كل من "دون كلفتون"، "مارتن سيلجمان"، "ميهالي شيكزينتميهالي"، "إدوارد دينر" وآخرين مثلت السمات الأساسية التي تتفق عليها تقريباً معظم الأديان والفلسفات الكبرى والتقاليد الثقافية

وذلك في شهر فبراير من عام (١٩٩٩م) حيث قاموا بفهرسة حوالي مئتين من هذه الفضائل وعمدت المرحلة التالية إلى تحديدها في ست (٦) فضائل أولية هي:

- **الحكمة والمعرفة** وكانت مكوناتها الفرعية (حب الاستطلاع، الاهتمام، حب العلم، الحى، التفكير الناقد، انفتاح العقل، الذكاء العملي، الإبداع، الأصالة، البراعة، القدرة على رؤية الأشياء وفقا لعلاقاتها الصحيحة).

- **الشجاعة والجرأة** وكانت مكوناتها الفرعية (البسالة، بذل الجهد، المثابرة، التكامل، الأمانة، الأصالة، الحماس، الحيوية).

- **الحب والإنسانية** وكانت مكوناتها الفرعية (الانتماء، الاتصال المتبادل، الرحمة، الكرم، الرعاية، الذكاء الاجتماعي، الذكاء الشخصي، الذكاء الوجداني).

- **العدل والإنصاف** وكانت مكوناتها الفرعية (المواطنة، الواجب، الولاء، العمل في فريق، المساواة، البعد عن التحيز، القيادة).

- **الاعتدال وضبط الذات** وكانت مكوناتها الفرعية (التسامح، الرحمة، التواضع، ضبط الذات، تنظيم الذات، البساطة، الحذر، الحصافة).

- **السمو والروحانية وكانت مكوناتها الفرعية** (الأمل، التفاؤل، التفكير المستقبلي، القدرة على المزاح والروحانية، الشعور بالهدف، الإخلاص، حس الدعابة، النزعة الدينية، تقدير الجمال والتميز، خشية الله، الدهشة، الاعتراف بالفضل). (مارتن سيلجمان، ٢٠٠٢م، ١٣٢)

ومن هنا جاءت دراسة الأمل كمكون فرعي للسمو والروحانية التي يجب أن يكون عليها الفرد مهما كانت الضغوط ومهما كانت حجم المشكلات التي يقع تحت وطأتها، ذلك أن للأمل أثاراً إيجابية في حياة الأفراد إذ يمكنهم من مواجهة هذه الضغوط وتلك المشكلات بالاعتماد على ما لديهم من قدرات.

ب- الأمل Hope

١ - مفهوم الأمل:

تقع بحوث الأمل في قلب علم النفس الإيجابي، نظراً للسبب الرئيسي في وجوده وهو البحث عن فضائل الشخصية والسمات الإيجابية بها، والعمل على تدعيمها، وقد بدأ تقديم المفاهيم

المرتبطة بالأمل في الدراسات النفسية والطبية النفسية في خمسينات القرن الماضي، وقد ألقى تيار مبكر من البحوث الضوء على دور الأمل في تحقيق تكيف الفرد مع ذاته ومع الآخرين، فضلاً عن أهميته في البدء بتغيير نتيجة العلاج، والرغبة في التعلم والشعور بالسعادة والرضا (أمال جودة ومحمد عسلية، ٢٠١٠م، ٩٣). وعلى النقيض من ذلك فقد لوحظ أن اليأس (Hopelessness) يعد عامل خطورة فهو يمهد للإصابة بالاضطرابات العقلية والنفسية بوجه عام، فهو يؤدي إلى الإصابة بالاكتئاب، والسيكوباتية، والسلوك الانتحاري بوجه خاص، فالأمل بهذه الكيفية يعد سبباً في استمرار حياة الفرد، ذلك أنه يعمل على مقاومة الضغوط التي قد تواجهه وتعبر به إلى حالة من الأمان النفسي مع الذات والآخرين. (أحمد محمد عبدالخالق، ٢٠٠٤م، ١٨٤)

هذا ولم تحظ دراسات الأمل على المستوى العربي بالاهتمام الذي تستحقه كما هو الحال لدى الباحثين الغربيين، إلا ما قدمه قلة من الباحثين أمثال عثمان (١٩٨٩م، ١٧٩) من تحليل نفسي اجتماعي للأمل تحت عنوان (الرجاء)، فقد قدم تحليلاً نفسياً اجتماعياً لمفهوم الرجاء من حيث أنه يتضمن عناصر ثلاثة هي:

- **الثقة:** وحدد جوانبها في الثقة الذاتية ويقصد بها الثقة بإمكانات الفرد، وبقدرات الآخرين في مساندتهم وعدم الشك فيهم ولا في أهدافهم نحوه.

- **الوعي:** وهو عنصر ضروري للثقة بكل جوانبها، فالثقة لن تكون ذات معنى وفعالية وأثر إن لم تكن مرتبطة بوعي الفرد لما هو مقبل عليه، والوعي يعد نشاطاً له مستويات ثلاثة: الوعي الظاهر، والوعي الباطن، والوعي الفائق.

- **العمل:** وهو الوجه الحقيقي والمعبر عن وجود الأمل لدى الفرد من عدمه، فالثقة من دون عمل تعد خداع كذب على النفس، والوعي من دون عمل هو شكل من ضلال الإدراك. أورد في (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ١١٣)

ومن هنا يتضح أن هناك ندرة في الدول العربية فيما يخص البحوث والدراسات المتعلقة بالأمل، وقد يرجع هذا الأمر لحداثة المفهوم عالمياً، أو لزيادة الاهتمام بالجانب المرضي للشخصية والاعتماد على علم النفس التقليدي بدلاً منه، ولكنه بالرغم من هذا فإن الأمل يعد مفهوماً مهماً اليوم في ظل الضغوط والتوترات المتزايدة في العصر الحالي نتيجة الحداثة والتطور وتغير بنية

المجتمع وقيمه، فهذا المفهوم يعد ذا أهمية في دعم ثقة الفرد في ذاته وقدراته في مواجهة الضغوط والمشكلات التي قد تقابله أثناء تحقيقه لطموحاته وأهدافه.

٢ - تعريفات الأمل:

الأمل لغة: مشتق من الفعل أَملَ، وتعني الرجاء، والجمع آمال، ويقال أَمِل خيره يأمله، أمْلاً (ابن منظور، ١٩٩٤)، ويعرف الأمل لغة أيضاً "بالرجاء، وأكثر استعماله فيما يستبعد حصوله"(مجمع اللغة العربية، ١٩٨٥م، ٢٧)، أما في اللغة الانجليزية فقد ورد في معجم وبستر (Cayne et al., 1991, 466) الأمل (Hope) بمعنى توقع موثوق به من أن رغبة ما سوف تتحقق. أورد في (أحمد محمد عبدالخالق،٢٠٠٤م، ١٨٤)

الأمل اصطلاحاً: ويعد مصطلح الأمل من المفاهيم التي يصعب وضع تعريف شامل وواضح ومحدد لها بالرغم من شعور الفرد بأنه مصطلح يمكن التعبير عنه بكل يسر، ويرجع الفضل إلى "سنايدر" (Snyder) في تأصيل مفهوم الأمل وتحديد معالمة قبل حوالي عشرين عاماً. (أمال عبدالقادر جودة، ٢٠١٠م، ٦٤٥)

وقد أورد بأدبيات علم النفس عدة تعريفات للأمل، منها تعريف "يارشوفيسكي" و"بيترفيسكي" (Yaroshevsky& Petrovsky, 1985, 128) بأنه: خبرة انفعالية تنشأ عندما تكون توقعات الفرد هي أمنيات أكيدة الحدوث، والأمل يعكس الإدراك المرجح للحقيقة. أن بنية الأمل تفسر بمعرفة الأسباب الموضوعية للأحداث المتوقعة والتي تعتمد على أساس الخبرة الانفعالية الذاتية مثل مشاعر السعادة والفشل التي تراكمت في الزمن الماضي. ومن خلال التنبؤ بالطريق المحتمل للحوادث التي تجري في الطوارئ. (شوقي يوسف بهنام، ٢٠٠٥م، ٦٤)

في حين اختلفت رؤية كل من "ستاتس" و "ستاسين" (Staats&Stassen, 1985) للأمل، حيث نظرا إليه من منظور انفعالي حيث عرفتاه بأنه: الفرق بين التوقعات الانفعالية الإيجابية للمستقبل والتوقعات الانفعالية السلبية للمستقبل" (Staats&Stassen,1985,235) (شين لوبيز وسنايدر، ٢٠١٣م، ١٧٤)، وحددا بعدين للأمل انفعالياً هما التوقعات الإيجابية للمستقبل، والتوقعات السلبية للمستقبل.

كذلك يعرف (عبد المنعم الحفني، ١٩٨٧م، ٣٥٨) الأمل بأنه: عاطفة سمتها الغالبة هي الحصول على أو تحقيق هدف ما مع وجود فكرة بأن هذه الرغبة ستغلف هذه التجربة كلها بلون من الإمتاع. أورد في (عبدالمريد عبدالقادر قاسم، ٢٠١٢م، ٨)

أما "سنايدر وزملاؤه" (Snyder et al., 1991) فينظرون للأمل بأنه وجهة معرفية موجهة نحو تحقيق هدف معين، وأنه حالة دافعية موجبة تعتمد في الأساس على شعور بالنجاح، وطاقة موجهة نحو الهدف، وتخطيط دقيق لتحقيق هذا الهدف. أورد في (أحمد محمد عبدالخالق،٢٠٠٤م،١٨٤)

وقد عرفه (Snyder et al , 1996) بأنه: وجهة معرفية (Cognitive set) وحالة دافعية تتضمن إيمان الفرد بقدرته وامتلاكه القدرة اللازمة للتخطيط والعمل المستمر لتحقيق أهدافه، فهم يرون في الأمل مجموعة معرفية تقوم على الشعور المستمر بالنجاح، من خلال المقدرة على تحديد أهداف الفرد التي يبتغيها، والسبل أو ما يقصد بها التخطيط الدقيق لتحقيق هذه الأهداف، فالسبل هنا تعكس ما يبتكره الفرد ذاته من خطط مختلفة لتحقيق الأهداف المرجوة، بينما تدل المقدرة على ما ينتجه من طرق معرفية تعمل على تحقيق تلك الأهداف. أورد في (هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ، ٢٠١٥م، ٣٢٤)

أما "لازاروس" (Lazaus, 1999, 7) فيرى في الأمل أنه: حالة إيجابية من التفكير تمكن صاحبها من مواجهة أحداث الحياة السلبية والضاغطة، مما توصله إلى بلوغ نتيجة مرغوب فيها مما يعطيه جانباً معرفياً. أورد في (هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ، ٢٠١٥م، ٣٢٨)، ويراه أيضاً على أنه: حالة عقلية يمر بها الفرد في المواقف الضاغطة والتي لا تكون فيها المخرجات الإيجابية التي يرغبها قد حدثت بالفعل، ولكن يتوقع حدوثها مستقبلاً، والتي غالباً ما قد لا تحدث في هذه المواقف الصعبة، وعليه فإن ما يسبب استثارة الأمل ووجوده لدى الفرد هي المواقف الضاغطة والمهددة له. (Lazaus, 2006, 241)

أما "سنايدر وزملاؤه" فيعرفون الأمل بأنه حالة من الحافز الإيجابي القائم على عملية تفاعلية قائمة على الشعور الكامل بالنجاح، ويتضمن مكونين اثنين هما مكون المقدرة ومكون السبل، ويقصد بالمقدرة الطاقة الموجهه نحو الهدف، والسبل ويقصد بها التخطيط لتحقيق هذا الهدف. (Snyder et al., 2000, 748)

ويعرف "فضل ابراهيم عبدالصمد" الأمل بأنه: إدراك الفرد بأن رغباته وأهدافه يمكن تحقيقها. (فضل ابراهيم عبدالصمد، ٢٠٠٥م، ٣٨)

أما "ميشيل وآخرون" (Michael,et al, 2005) فيعرفونه بأنه: مجموعة من المشاعر الإيجابية التي تتكون من خلال إحداث عملية التوازن بين متطلبات الحياة العملية، ومتطلبات الحياة الأسرية، مما يقلل من احتمال الإصابة بالأمراض النفسية والعضوية. أورد في (خيرية عبد الله البكوش، ٢٠١١م، ١٣٦)

أما "رند وشفينز" (Rand&Cheavens, 2009, 323) فيريان في الأمل أنه: القدرة التي يدركها الفرد والتي تمكنه وتزوده بالدافعية لإيجاد السبل التي تمكنه من الأهداف التي يرغب في تحقيقها. (أمال عبدالقادر جودة، ٢٠١٠م، ٦٤٥)

ويرى الباحث أن الحياة دائماً مليئة بفترات يملؤها الأمل، تظهر جلياً عندما يشعر فيها الأفراد الواثقون في قدراتهم بالضغط والتوتر، والوقوع تحت وطأة المشكلات، في ظل حالة التطور والحداثة التي لا يمكن معرفة منتهاها، ذلك أن لديهم القدرة والاستعداد على التوافق والتكيف مع ضغوط العصر ومشكلاته، فيستطيعون التوفيق بين ما عليهم من واجبات تجاه ذاتهم وتجاه الآخرين، وبين ما لهم من حقوق، على خلاف هؤلاء الذين يتسمون بالتشاؤم وعدم الثقة بقدراتهم وإمكاناتهم، فلا يمتلكون القدرة على مجاراة ذلك التطور والحداثة والضغوط الناتجة عنهما، فيصبح عرضة للاضطراب النفسي بشتى أنواعه، نظراً لعدم قدرته على أحداث التوافق بين هذه الواجبات والحقوق، والفرق بين هذا وذاك إنما يعود في الأساس إلى قدرة الفرد على إيجاد أساليب تمكنه من الاستخدام الأمثل لقدراته وإمكاناته لتحقيق ما يبتغيه من أهداف، مما يحدث لديه قدراً كبيراً من التوازن بين ما له وما عليه، وهذا مايطلق عليه اصطلاحاً "الأمل".

ووفقا لهذه الرؤية فإن الباحث سيأخذ في هذه الدراسة الرؤية التكاملية للأمل التي ترى في الأمل نموذجاً انفعالياً معرفياً في آن واحد، فالأمل كمفهوم انفعالي يكون للعوامل البيئية المحيطة الأثر البالغ في نمو الأمل لدى الفرد أو تدهوره، فهو وفق هذا النموذج مرتبط بالعاطفة والمشاعر التي تساعد الفرد على الاحتفاظ بمعتقداته السارة في المواقف الصعبة والضاغطة الراهنة، فتكون دافع له بأنه قادر على مواصلة الحياة وتحقيق أهدافه مهما كانت الضغوط ومهما كانت المشكلات التي قد تواجه، ونموذجاً معرفياً يعمل على توجيه إدراك الفرد نحو المصادر التي يمكن وأن تحقق

تلك الأهداف التي وضعها في ظل إمكاناته وقدراته، وإيمانه الكامل بامتلاكه القدرة اللازمة للتخطيط والعمل المستمر حتى تحقيق هذه الأهداف، فالأمل هنا يمكن النظر إليه كمفهوم انفعالي محكوم بالمعرفة. ذلك أن النظرة الانفعالية الخالصة للأمل أو المعرفية فقط لن تقيس سوى جوانب محددة للأمل وليست جميعها، على خلاف النظرة التكاملية التي تعطي صورة كلية لمستويات الأمل لدى الأفراد، وبهذه النظرة تبنى الباحث وجهة النظر الانفعالية الخاصة بكلاً من "ستاتس و ستاسين" (Staats& Stassen, 1985)، ووجهة النظر المعرفية الخاصة "بسنايدر وآخرون" (Snyder et al , 2002).

ويعرف الباحث الأمل إجرائياً بأنه: حالة دافعية موجبة تعتمد على الشعور المستمر بالنجاح، والمبني على حسن تقدير المواقف، ووضع الأهداف وفق الإمكانات والقدرات الخاصة به، ثم السعي والتخطيط الجيد للوصول لهذه الأهداف، مهما كانت الضغوط والتحديات التي قد تواجهه مستعيناً في ذلك بخبراته السارة في توقع كل ما هو ايجابي، ويتم قياسه بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الأمل المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد الباحث، حيث أن الدرجة المرتفعة تدل على إرتفاع الأمل والدرجة المنخفضة تدل على إنخفاض الأمل.

٣ ـ أبعاد الأمل:

ومن التعريفات السابقة التي تم إستعراضها فقد تم تحديد بعدين للأمل معرفياً أشار إليهما سنايدر، وهما السبل والإرادة، ويمكن تعريفهما كالاتي:

- السبل (التخطيط من أجل تحقيق الأهداف) : ويقصد بها مدى قدرة الفرد على التوصل إلى مجموعة من الطرق والأساليب التي تمكنه من تحقيق الأهداف المطلوبة، وعلى هذا النحو فسبل التفكير تعكس مدى القدرة المتخيلة لدى الفرد على انتاج السبل الناجحة لتحقيق الأهداف التي يرغبها، وسبل التفكير هي وسيلة لربط الماضي بالحاضر بالمستقبل من خلال الأهداف، فالفرد يكون قادراً على خلق صورة عن نفسه في اللحظة الراهنة وذلك في ضوء خبراته السارة، وصورة للطريق الذي يأمله لربط الحاضر بالمستقبل المنشود وذلك في ضوء قدراته وإمكاناته الفعلية، ويتضح ذلك من خلال تسلسل الخطوات اللازمة للآداء الجيد، حيث تشير الدراسات إلى أن الأفراد مرتفعي الأمل هم أكثر قدرة على انتاج أفضل السبل البديلة لتحقيق الأهداف عن هؤلاء الذين يتصفون بانخفاض الأمل لديهم، وتظهر هذه الميزة بوضوح عند عرقلة الطرق الأساسية،

فنجد ذوي الأمل المرتفع لا يواجهون مشكلات في التوصل لعدة طرق أخرى بديلة لإنجاز أهدافهم على خلاف ذوي الأمل المنخفض الذين يتوقف تفكيرهم حال مواجهتم مشكلات توقفهم عن تحقيق طموحاتهم بالطرق الأساسية المعهودة.

- المقدرة أو القوة (الطاقة الموجهة نحو الهدف) : وهي القدرة على البدء ومواصلة التحرك نحو الهدف على طول اختيار الطرق، أو ما يطلق عليه المقدرة على التفكير، والذي يعد بمثابة الشرارة التي توفر للإنسان القدرة على الاستمرار لمتابعة الهدف. (مرعي سلامة يونس، ٢٠١١م، ١٥٩)

ويرى الباحث أن هذه النظرية بهذا الشكل تتوقف على الإرادة التي يمتلكها الفرد من ناحية وعلى الوسائل المتاحة أو الممكنة لتحقيق هذه الأهداف من ناحية أخرى؛ فالإنسان عادة ما يرغب في تحقيق أهداف بعينها، ولكن القدرة على تحقيقها تختلف من فرد لأخر باختلاف مستويات الأمل لديهم، فالجميع لديه أهداف يرغب في تحقيقها، والبعض منهم يستطيع توليد للأفكار لإيجاد طرق جديدة وغير معتادة لتحقيق مثل هذه الأهداف (السبل) إذا تعسرت الطرق الأساسية، والقلة فقط هي التي يتولد لديها الدافع للبدء في الطريق الذي حددته لتحقيق هذه الأهداف (المقدرة)، نظراً للصعوبات والمعوقات التي قد تواجههم أثناء محاولاتهم لتحقيق أهدافهم، وهذا قد يرجع في الأساس إلى مجموعة الخبرات المتاحة لديهم، والتي تعطيهم الشعور إما بالنجاح المستمر إذا كانت خبرات سارة فتجعلهم قادرين على إيجاد سبلاً جديدة لتحقيق الأهداف، أو شعوراً باليأس فتنقطع لديهم السبل إذا كانت خبرات سيئة.

أما "ستاتس و ستاسين" فقد وضعتا بعدين انفعاليين للأمل هما:

- التوقعات الإيجابية للمستقبل : وهي الرغبة أو التمني في حدوث أشياء أو أحداث أو نتائج سارة. وهي بذلك تشير إلى مجموعة المشاعر الإيجابية المتولدة من الرغبة الحقيقية في التميز، والناتجة عن التفاعل الإيجابي بين العاطفة والإدراك.

- التوقعات السلبية للمستقبل : وهي تشير إلى مجموعة المشاعر السلبية المتولدة عن التوقع السلبي للأحداث المقبلة. فهما يعتبران الأمل يعبر عن التوقع الإيجابي للمستقبل، وأنه يعتبر من المحددات الهامة في السعادة الذاتية للفرد، وعلى هذا الأساس فقد قاما باستخدام مقياس التوازن الانفعالي المعدل، لقياس مستوى الأمل لدى الأفرد. (Staats& Stassen, 1985, 236)

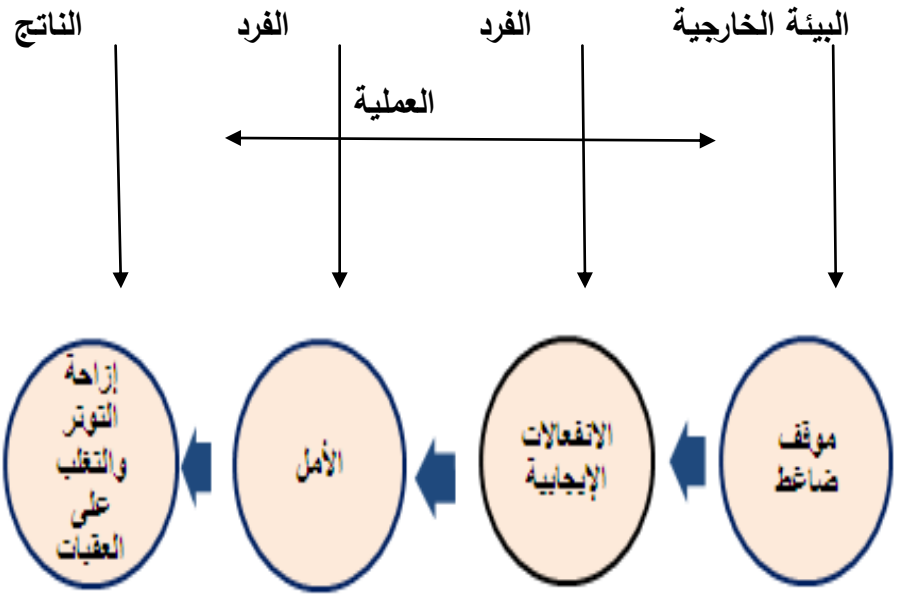
٤- الانفعالات الإيجابية والانفعالات السلبية وعلاقتهما بالأمل:

خلال العقد السابق اكتسبت الانفعالات الإيجابية قدراً كبيراً من الاهتمام العلمي، بوصفها مؤشراً واضحاً لسعادة الإنسان بشكل عام، ذلك أن العديد من الأبحاث والدراسات أكدت نتائجها على أن الانفعالات الإيجابية دائماً ما تسبق ظهور العديد من النتائج المفيدة والمثمرة في الحياة، بل وأمكن التنبؤ بها أيضاً، ومن هذه الدراسات (Lybomirsky, King, Diener, 2005)، بل ذهب البعض بالقول بأن لها دوراً مؤثراً في تقوية الجهاز المناعي لدى الإنسان (Cohen,Doyle,Tuner,2003)، وآخرين أشاروا إلى أن هذه الانفعالات تقلل الإحساس بالألم، والعجز وانخفاض معدلات الوفاة لدى الأشخاص المصابين بأمراض مزمنة، أي أن لها القدرة على تعزيز المعتقدات الإيجابية لدى الفرد مهما كانت الظروف التي يمر بها أمثال "جيل وكوهين وبيرس مان" (Gil, 2004, Cohen, Pressman, 2006)، كما أنها تعمل على زيادة الرضا والقناعة والنجاح في مجالات العمل المختلفة (Boehm,Lyubomirsky,2008)، ذلك أن هذه الانفعالات تعمل على ترتيب الأفكار التي تطرأ على الذهن، مما يتبعه خفض الضغوط التي قد تواجه الأفراد(Fredrickson,2001,Branigan,Fredrickson,1998). (مرعي سلامة يونس،٢٠١١م،٢٣)

ولعل ذلك التطور في دراسة الانفعالات الإيجابية، كان يقابله دراسة الانفعالات السلبية التي غلبت دراسات علم النفس والصحة النفسية منذ بداية نشأته، إذ كان يهتم في الأساس بدراسة مختلف الجوانب المرضية في الإنسان، والعمل على تخفيف الأعراض التي تجعل الحياة تعيسة، ذلك أن الاهتمام بالجوانب الإيجابية وتنميتها، وما يجعل الحياة تستحق أن تعاش، وأن يستمتع بها، لم يلق نفس الاهتمام من الباحثين في علم النفس، إلى أن أشار "مارتن سيلجمان" أثناء توليه لرئاسة الجمعية الأمريكية لعلم النفس عام (٢٠٠٠م) لأهمية الدراسة والبحث عن فضائل السمات الشخصية والعمل على تنميتها، حيث قام وأخرون(Seligman&Csikszentmihalyi, 2000)، بإصدارهم لعدد خاص من مجلة الاخصائي النفسي الأمريكية، التي تناولت موضعات إيجابية عدة مثل: الأمل، والسعادة، والهناء النفسي، وصلاح الأحوال، والخبرة المثلى، والتنمية الاجتماعية وغيرها من السمات الخيرة في الإنسان.

وبنفس الرؤية أشارت نتائج دراسة "ريتدش وآخرون" (Redich et al., 2009) إلى كون الأمل له الفضل في وجود الدافع لدى الأفراد للتغلب على كافة المواقف الضاغطة، إلى جانب كونه يعمل على استثمار المشاعر الإيجابية في التغلب على الأمراض، إذ ينظر على أنه يعمل على توليد أكبر عدد من الاستراتيجيات التي تمكن الأفراد لتخطي العقبات، بل أشار أيضاً إلى قدرة الأمل على شفاء الأفراد من معظم الأمراض النفسية.

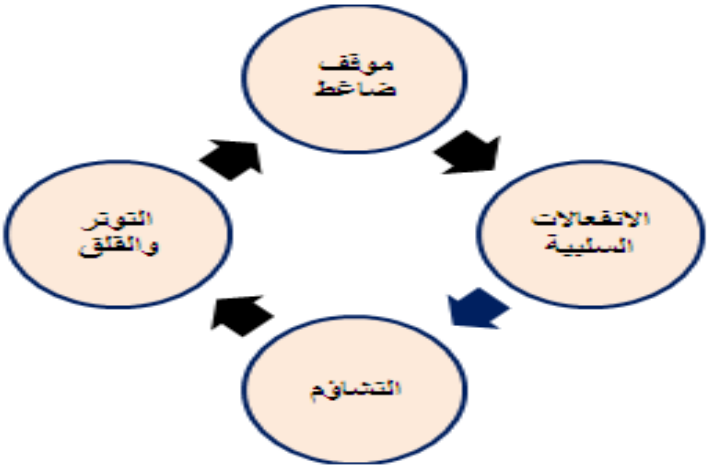
وبصورة عامة فأن هذه الانفعالات الإيجابية توجه الفرد نحو إزاحة التوتر والتغلب على مختلف العقبات التي قد تواجهه، والتي قد تثيرها المواقف السلبية مثل: فقدان عزيزاً لديه أو البطالة أو القلق من المستقبل أو غيرها من مصاعب الحياة، مما يستلزم معة ضرورة توافر مستوى لا بأس به من الأمل لدى فئة الشباب المقبلين على أعتاب الحياة المهنية بعد اجتيازهم لمراحل التعليم المختلفة، يمكنهم من الاستفادة بخبرات حياتهم الإيجابية وقدراتهم الحالية وثقتهم في ذاتهم، بالقدر الذي يسمح لهم بأن يخطوا بثقة نحو المستقبل، ليحققوا كل أهدافهم التي يبتغونها وهو ما يظهر جلياً في الشكل (١).



الشكل (١) علاقة الانفعالات الإيجابية بالأمل.

أما إذا ما واجه الفرد موقف ضاغط وقف أمام تحقيقه لأهدافه فإنه قد يتولد عنه مجموعة من الانفعالات السلبية ويظهر ذلك لدى منخفضي الأمل، وظهور هذه الانفعالات السلبية إنما يكون ناتجاً عن خبرات سلبية في مواقف مشابهه، مما يخلق لدى الفرد مشاعر التشاؤم، الذي ينتج

عنه مشاعر الضيق والأرق والاكتئاب من عدم قدرته لتحقيق أهدافه. (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ٣)



الشكل (٢) أثر الانفعالات السلبية على الصحة النفسية للفرد.

وهو ما يظهر في الشكل (٢)، وفي ظل حالة القلق من المستقبل لدى طلاب كلية التربية وطلاب الجامعة بصفة عامة، من عدم القدرة على الالتحاق بسوق العمل وبداية عمله المهني وتكوينه لمستقبله، فان هذا يستلزم منه قدراً من الأمل يساهم في استدعاء الانفعالات الإيجابية لديه، من خلال خبراته السارة فيخلق لديه حالة من الأمل معتمداً فيها على قدراته وإمكاناته بالقدر الذي يسمح له بتحقيق أهدافة وطموحاته، مما يزيل معه كافة التوترات ومن ثم إزاحة كافة العقبات التي قد تواجه هؤلاء الشباب.

٥- الآثار الإيجابية للأمل:

لقد أظهرت نتائج البحوث والدراسات المتعلقة بالأمل ارتباطاً موجباً بينه وكل من: اعتقاد وإيمان الفرد بقدراته الذاتية، وإدراكه لكفاءاته الدراسية، والقبول الاجتماعي، والقدرة البدنية، والمظهر الجسمي، وتقدير الذات، والتفكير الإيجابي، كما توجد علاقة عكسية بين الأمل وكل من: التشاؤم والاكتئاب والوجدان السلبي. (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ١٠٧)

وكذلك أشار كلاً من (أمينة بدوي وماجدة محمود ومصطفي الديب، ٢٠١١م) و(أحمد محمد عبدالخالق، ٢٠٠٤م) إلى أن الأمل مهم لمن يواجهون المشكلات المتعلقة بالمرض، إذ يعمل على سرعة الشفاء من الأمراض، وكذلك يعد عامل مهم للتقييم الإيجابي للأحداث السيئة، فهو هام

لمن مروا بخبرات سيئة، إذ يقوم بمدهم بالقدرة على تحمل مصاعب الحياة، وتجاوز المحن والعقبات. أورد في (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ١٠٨)

وفي نفس الاتجاه يشير "مارتن سيلجمان" (Seligman) إلى أن الأمل يعد مصدر مهم من مصادر الأمن الذي يحتاج إليه الفرد، وخاصة في ظل الواقع الحالي حيث ساد الاغتراب والقلق كافة بقاع الأرض.

وبوجه عام يمكن تحديد أهمية الأمل في حياة الفرد فيما ياتي:

– يعطي القدرة على كيفية إدراك المفاهيم والمعاني بدقة، وتفسير الأحداث تفسيراً منطقياً، يبعد عن الخيال.

– يساعد الفرد على تفهم ذاته وتقييمها، وخلق التوازن الداخلي الذي يؤثر مباشرة في الحالة النفسية والعضوية، وذلك من خلال التوفيق بين ما عليه من واجبات وما له من حقوق.

– يسهل كيفية مواجهة أي تغيير بهدوء وعقلانية وثقة في الذات، ذلك أن الفرد الذي يكون لديه مستوى الأمل مرتفعاً يرى في التغيير ضرورة نتيجة التطور الحادث، وعليه فإنه يقبل التكيف مع الواقع الحالي ليس عن ضعف ولكن ثقة في قدراته.

– يزيد من التوقع الإيجابي للأحداث الحياتية، وذلك بناءاً على خبراته السابقة التي جعلته يرى في العقبات طرقاً جديدة لتحقيق الأهداف.

– يقلل من مشاعر الإحباط واليأس ولوم الذات.

– يعالج الصراع الفكري ويزيد الأفكار العقلانية.

– يدعم ويحدد الأهداف الشخصية بدقة وموضوعية، ويسهل كيفية تكوين وابتكار استراتيجيات لتحقيق هذه الأهداف.

– يساعد في تعديل القدرات والاستجابات حتى يتمكن من مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة.

– يزيد من النظرة الإيجابية للذات وللآخرين وذلك من خلال ثقته في ذاته وفي الآخرين، ويخلق التوازن بين احتياجاته واحتياجات الآخرين. (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ١١٣)

وبهذا يعد الأمل كما أشار (Snyde et al.,1991) سمة محركة للتفكير الموجه نحو الهدف، حين يصبح النجاح ممكناً وفق الخبرات السابقة التي يمتلكها الفرد، إذا توافر أكثر من طريق لتحقيق تلك الأهداف المتوقعة، ويعتبر تعدد الطرق وابتكار طرقاً مستحدثة لتحقيق الهدف عملية مميزة لمرتفعي الأمل عن منخفضيه، الأمر الذي يشعرهم بأن تحقيقهم لأهدافهم أمراً ليس بالمستحيل، مما يجعلهم يتبنون عدداً أكبر من الأهداف ويختارون مهمات أكثر صعوبة، ذلك أنهم أكثر إيماناً في قدراتهم وإمكاناتهم. (شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار، ٢٠١٥م، ١١٤)

ويتضح مما سبق كون الأمل مصدراً أساسياً للأمن النفسي لدى الفرد، وهي الحالة التي يرجوها كل طالب جامعي مقبل على حياة مهنية وأسرية جديدة، تتطلب منه الإيمان الكافي بقدراته، بالقدر الذي يمكنه من وضع أهدافه موضع التنفيذ، غير قلقاً على مستقبله، فلديه حالة من التفاؤل تجاه الأحداث القادمة رغم صعوبتها، لأنه يعيش نوعاً من التوازن الداخلي، مما يمكنه من ترتيب أفكاره بهدوء وسكينة وتنظيمها، ثم التخطيط الأمثل لتحقيق أهدافه رغم الصعوبات التي قد تواجهه، عن طريق وضع العديد من السبل لتحقيق هذه الأهداف، ومن هنا يكتسب الأمل أهمية خاصة لهذه الفئة التي تعاني وهي على أعتاب مرحلة جديدة من الحياة، مشاعر التوتر والأرق والخوف والقلق على مستقبلهم.

٦- التصورات النظرية للأمل:

إن معظم النظريات والأفكار المرتبطة بمفهوم الأمل يمكن تجميعها على أساس انفعالي أو أساس معرفي، هاتان النظرتان بدأتا في الاندماج للدرجة التي أصبح ينظر للمفهوم على أنه يجمع الخصائص الانفعالية والمعرفية في آن واحد، وسوف يتضح هذا الأمر عند التعرض لهذين البعدين.

الأمل كمفهوم انفعالي:

لعل النماذج التي تنظر لمفهوم الأمل على أنه ينتمي إلى البعد الانفعالي للشخصية تعد قليلة جداً في عددها مقارنة بتلك التي تنظر إليه على أنه ينتمي إلى البعد المعرفي على العكس مما هو متوقع. بل أن العديد من الباحثين الذين يتعاملون مع الأمل كمفهوم يمثل نموذجاً انفعالياً غالباً ما يتضمن أيضاً مكونات معرفية حتى وصفه البعض بأنه مفهوم انفعالي محكوم بالمعرفة، فهم يرون أن الأمل يكون مناسباً حين تتصف الأهداف بعدة أمور منها:

- عندما تكون الأهداف المرجوة لدى الأفراد قابلة للتحقيق.

- وأن تكون تلك الأهداف تحت السيطرة.

- وأن تكون ذات أهمية كبرى لدى الفرد.

- وأن تكون ذات مقبولية اجتماعية وأخلاقية. (شين لوبيز وسنايدر، ٢٠١٣م، ١٧٤)

وهناك من تصور الأمل بنظرة انفعالية سلوكية فهذا "ماورر"(Mowrer) عندما تحدث عن الأمل نظر إليه على أنه صورة انفعالية للتعزيز الثانوي، حيث لاحظ عند قيامه ببحوثه على الحيوانات، أنه عند العمل بنموذج (المثير – الاستجابة)، وجد أن انفعالات الأمل كانت تظهر عليها خاصة عندما يرتبط المثير بحدوث أشياء مبهجة، وأن الحيوان حال وجود هذه الأحداث الانفعالية في الموقف يصبح لديه توقع لحدوث هذه الأشياء المبهجة، والتي تظهر من خلال زيادة نشاطه على غير العادة، ومن هنا نجد أن الأمل ساعد على الاحتفاظ بالسلوك المرغوب من خلال تدعيمه وتعزيزه للمثير الأصلي، حيث كانت مشاعر الأمل تدفع الحيوان نحو الهدف.

الأمل كمفهوم معرفي:

يرى "إريكسون" الأمل عنصراً أساسياً من أجل السلامة والنمو المعرفي، فيعرفه على أنه "الاعتقاد القوي في إمكانية تحقيق التمنيات" على الرغم من الأفكار اللاعقلانية أو الضغوط التي تمارس على الفرد، أو من حالة الغضب الشديدة التي تنشأ مع المواقف الضاغطة، فإن مفهوم الأمل هو الاعتقاد والأفكار التي تسمح للفرد بالاحتفاظ بالتوجه نحو أهدافه، وعدم الوقوف عند العقبات بل النظر نحو المستقبل، وقد وضع "إريكسون" مفهوم الأمل في سياق نمائي، مفترضاً أن الأمل يبدأ معنا منذ الميلاد، وأشار أيضاً إلى حالة الصراع التي تنشأ لدى الفرد بسبب حالة الأمل قائلاً: "إن رغباتنا القوية قد تواجه بصراع مع رغبات الآخرين خصوصاً عندما نكون أطفالاً صغاراً".

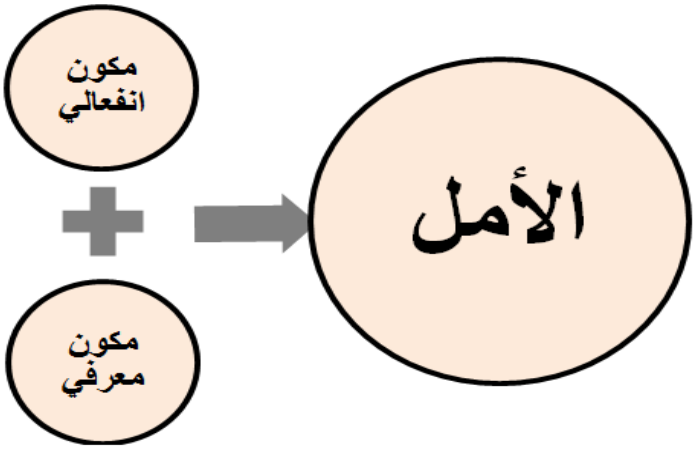
أما "برزنتز"(Broznitz) فقد اتخذ منحى معرفياً خالصاً في تعريفه للأمل، مقترحاً أن الأمل يرتبط بالأفكار المتدفقة والسريعة أو هو وصف لحالة معرفية، ولكي يكون الأمل ذا تأثير على الإنسان، فلابد وأن يكون على درجة من القوة والإصرار حتى ينتج استجابة فسيولوجية. (شين لوبيز وسنايدر، ٢٠١٣م، ١٧٦)

ونظر "جوتشلك" إلى مفهوم الأمل باعتباره توقعاً إيجابياً، حيث حدده بأنه قدر من التفاؤل بإمكانية حدوث نواتج مبهجة للإنسان؛ فمفهوم الأمل لديه عبارة عن قوة محركة تجبر الفرد على التحرر من المشكلات النفسية، أما "جودفري" (Godfrey) فيرى أن مفهوم الأمل يعني الاعتقاد باحتمالية الوصول إلى نتائج سارة، على الرغم من أنه يبدأ بانفعالات غير سارة، ولكنها بمثابة عملية معرفية تحدد إمكانية حدوث نتائج معينة في حياة الفرد، فالأمل هنا يكون لديه القدرة على توجيه إدراك الفرد نحو المصادر التي تحقق الأهداف التي يرجوها.

أما "ستاتس" (Staats) فترى أن الأمل هو التفاعل بين الرغبات والتوقعات أي ما يرغبه الفرد ويتمناه وما يتوقعه في ظل قدراته وإمكاناته وإيمانه وثقته بذاته، حيث تعرفه بأنه يتضمن مكوناً انفعالياً وأيضاً مكوناً معرفياً، أطلق عليه "المعرفة الانفعالية". ومع هذه النظرة من جانب "ستاتس" (Staats) لمفهوم الأمل نجدها تبنت الجمع بين أفكار "إريكسون" مع أصحاب النظريات التي تؤكد التوقع. (شين لوبيز وسنايدر، ٢٠١٣م، ١٧٧)

وفي العقدين الأخيرين نالت نظرية الأمل التي قدمها "سنايدر"(Snyder) اهتماماً كبيراً من الباحثين نظراً لتوضيحها أهمية العواطف والانفعالات ودورها في تحقيق الهدف من عدمه، رغم اهتمامه الكبير بكون الأمل وجهة معرفية (ذلك أنها بنيت في الأساس على المكون المعرفي فقط للأمل)، حيث ترى هذه النظرية أن الفرد حينما تواجهه أحدى العوائق أو العقبات والتي تقف أمام سعيه نحو تحقيق الهدف، يسمى هذا موقفاً ضاغطاً (العوائق) مما يترتب عليه ظهور الانفعالات الإيجابية (تلك التى تعد نتاج لإدراك الفرد لنجاحه في سعيه نحو تحقيق الهدف) من خلال وسائل داعمة وهي الخبرات السارة، أو الانفعالات السلبية (تلك التي تعكس إدراك الفشل في الموقف وعدم تحقيق الفرد لأهدافه) نظراً لوجود وسائل محبطة وهي الخبرات السيئة، وهذه الانفعالات بدورها تقوم بدور التغذية الراجعة المعززة، وتظهر الانفعالات الإيجابية فقط عندما يرى الفرد أن ما يقوم به من سلوكيات بغرض تحقيق هدف ما، إنما تسير نحو تحقيقه لهذا الهدف بصورة جيدة يرضى عنها، هنا تظهر هذه الانفعالات الإيجابية كحلقة تغذية راجعة تدعم استمرار عملية السعي نحو تحقيق هذا الهدف، ذلك أن الأشخاص ذوي الأمل المرتفع يرون في هذه العوائق نوعاً من التحدي يجعلهم دوماً ما يبحثون عن طرق بديلة لتحقيق تلك الأهداف التي يرجونها، أما الانفعالات السلبية ونقد الذات تظهر فقط عندما يشعر الفرد أن ما يقوم به من سلوكيات بغرض تحقيق الهدف لا تسير

نحو تحقيق هذا الهدف، مما يعيق سعي الفرد نحو تحقيقه. (شين لوبيز وسنايدر، ٢٠١٣م، ١٧٨-١٨٣)



الشكل (٣) مكونات الأمل.

وكما هو موضح بالشكل السابق فان الباحث يتفق مع "سنايدر"(Snyder) في أهمية الانفعالات ودورها في تحقيق أهداف الفرد وكون الانفعالات الإيجابية مصدر إيجابي للتغذية الراجعة التي تدعم استمرار عملية السعي نحو تحقيق الهدف، ذلك أن خبرات الفرد الإيجابية في مواقف مشابهة تعد مصدر دعم له فتعمل على الحفاظ على حالة الدافعية لديه، عكس الانفعالات السلبية ونقد الذات التي تعيق عملية السعي نحو تحقيق الهدف، هذا ويرى الباحث أيضاً أن الأمل كمفهوم إنما يجب النظر إليه نظرة تكاملية تجعله لا ينتمي إلى البعد الانفعالي وحده أو البعد المعرفي وحده، إنما يتضمن الاثنين معاً، فالأمل يجب وأن يكون موجوداً لدى الفرد لمواجهة اليأس الكامن لديه، باعتباره مشاعر خاصة تساعد الفرد على الاحتفاظ بمعتقداته الإيجابية عن ذاته في المواقف الصعبة، إلى جانب كونه ضرورياً للنمو المعرفي لدى الفرد، فهو التفاعل بين رغبة الفرد وتوقعاته كما أشارت "ستات" (Staats)، والتي تحدد نتيجتها في ضوء الخبرات الانفعالية الإيجابية منها والسلبية، ولعل هذه النظرة تتفق والاتجاه الحديث الناظر إلى الأمل كمفهوم يجمع الخصائص الانفعالية والمعرفية معاً.

٧ ـ نظريات الأمل:

نظرية ستوتلاند (Stotlands) :

ظهرت هذه النظرية في ستينيات القرن العشرين حيث أكدت على توقع ما هو أكثر من الصفر في تحقيق رغبات الفرد وطموحاته، وأن الأمل المرتفع في هذا السياق يعكس إدراكاً لدى

الفرد لاحتمالية مرتفعة لتحقيق رغبة أو هدفاً ما، إن ستوتلاند يفترض وجود مستوى ولو بالحد الأدنى من أهمية الرغبة أو الطموح التي يريدها الفرد لكي يكون الأمل ذا فاعلية إضافية بالقدر الذي يمكن معه تحقيق الأهداف المرجوة.

ويرى أيضاً أن الأمل غالباً ما يستند إلى الاستنتاج الذي يقوم به الفرد حال مقارنة ذاته بشخص أخر في موقف معين، إذ أن هذا يجعله يستجيب لمجموعة من الأحداث السابقة بناتج سلوكي لاحق، مما يجعله يستنتج أن مستوى فاعلية الأمل لديه تكون مرتفعة بالقدر الذي يسمح معه بتحقيق الناتج السلوكي المرغوب لدى الفرد. (Snyder, 1994, 536)

وأن الأمل هو من الخبرات الشائعة لدى البشر فكل إنسان يأمل أن تتحقق أهدافه وطموحاته ويسعى لتحقيق المكانة التي يتمناها لنفسه، وإن القلق يؤدي إلى إدراك عدم تحقيق النجاح والطموحات وعدم احتمالية تحقيق أهدافه ورغباته، وتشير نظرية "استوتلاند" إلى وجود علاقة للأمل بالجنس حيث أكدت نتائج بعض الدراسات إلى اختلاف مستويات الأمل وفقاً للنوع، حيث وجد أن النساء أقل أملاً من الرجال، وقد يرجع هذا لقلة طموحات المرأة وكذا مجموعة القيود والعقبات التى تواجه المرأة دون الرجل (Shaw & Costanzo, 1985, 171-178). أورد في (هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ، ٢٠١٥م، ٣٢٦-٣٢٧)

نظرية سنايدر (Snyder):

اقترح "سنايدر" (Snyder, 1991) نموذجاً معرفياً للأمل يركز على التحفيز والتخطيط والتي هى ضرورية لتحقيق الأهداف وعرف "سنايدر وزملاؤه" (١٩٩١م) الأمل بأنه حالة إيجابية لحفز الهمم والتي تقوم على أساس تبادلي للإحساس بالنجاح وتشمل مكوني المقدرة والسبل، ويشير مكون المقدرة (القوة المعرفية) إلى التحديد والإلتزام والتي تساعد على التحريك خطوة واحدة في اتجاه الهدف، وتعتبر القوة الدافعة للأمل، ويمكن القول بأنه الشروع في تنفيذ خطوات عملية ما من شأنها بلوغ الهدف الذي يبتغيه الفرد. بينما يشير مكون السبل إلى قدرة الفرد المتصوره للعثور على واحد أو أكثر من الطرق التي يراها أكثر فعالية للوصول إلى الأهداف، وتعني أيضاً مدى قدرة الفرد على وضع خطط واستراتيجيات بديلة عند العقبات أو الضغوط بهدف الوصول إلى الطريق لبلوغ الهدف، ذلك أن مرتفعي الأمل يتسمون بقدرتهم على ابتكار طرقاً غير مألوفة لتحقيق أهدافهم حال تعثر الطرق الأساسية، وقد لاحظ "سنايدر" أن بعدي الأمل أكثر شيوعاً ولكن ليس دائماً، وأن

كلاً من المقدرة والسبل ضروريان لتطبيق الأمل، لذلك اقترح نموذج الأمل باعتباره متعدد الأبعاد المعرفية وأن يبتعد عن المفاهيم القاصرة ذات البعد الواحد وهي وجهة النظر الغالبة في الوقت الراهن (Snyder , et. al, 2002, 196). أورد في (سناء محمد أبوحسين، ٢٠١٢م، ٣٩)

وقد أجريت دراسات محدودة هدفت إلى التعرف على المساهمات الفريدة لمكوني الأمل (المقدرة والسبل)، منها دراسة (Crmer& Dyrkacz., 1998) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة التي تربط بين مكوني الأمل بمقياس "مينسوتا" المتعدد الأوجه للشخصية النسخة الثانية، وكانت من نتائجها أن الارتباط بمقياس المقدرة بلغ (-٠,٤٤) عنه بمقياس السبل والذي بلغ ارتباطه (-٠,٢٨)، وكانت هذه الفروق ذات دلالة إحصائية، وعليه أثبتت النتائج العلاقة المتبادلة لمكوني الأمل (المقدرة والسبل). (موضي محمد القاسم، ٢٠١١م، ٧٢)

ويشير "سنايدر وآخرون" بوجود علاقة موجبة بين الأمل والتوافق النفسي، حيث أكدت نتائج بحوث عدة وجود ارتباط موجب بين الأمل وكل من إعتقاد الفرد بقدرته الذاتية، وإدراكه لكفاءته الدراسية، والقدرة البدنية والمظهر الجسمي، وتقدير الذات، كما توجد علاقة عكسية بينه وبين كل من التشاؤم والاكتئاب، والوجدان السلبي والانفعالات السلبية بشكل عام، وأشار أيضاً إلى ضرورة وجود مستوى مرتفع من الأمل لمن مروا بخبرة سيئة، أو واجهوا عقبات في حياتهم. (أحمد محمد عبدالخالق، ٢٠٠٤م، ٤٦)

نظرية لازاروس (Lazarus):

أعطى "لازاروس" (Lazarus, 1999, 7) في نظريته المعنى النفسي للأمل، وأن الأمل لا يتوافر حالياً في حياة الفرد بل أنه سيتواجد في حياته حال شعور الفرد بالحرمان أو الضرر أو التهديد، فالأمل شيء إيجابي، يمكن الفرد من التغيير نحو الأفضل. والأمل وفق تلك النظرة لا يعتمد على رغبة الفرد في التغيير نحو الأفضل فقط رغم كون الرغبة خاصية أساسية فيه، إلا أن الأمل لا يعتمد عليها فقط لأنه يتطلب ضرورة الاعتقاد بإمكانية توصل الفرد إلى نتيجة مرغوبة فيها. أورد في (هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ، ٢٠١٥م، ٣٢٨)

وأيضاً اعتقد "لازاروس" (Lazarus, 2002, 2-3) بدور التقبل والانفعالية في حياة الفرد، فالفرد لا يمكن وأن يتقبل قدراً محتوماً دون أن يتوافر لديه مستوى من الأمل، فوجود الأمل في حياة

الفرد عادة ما يخلق الاعتقاد لديه بإمكانية التوصل إلى نتيجة إيجابية في نهاية الموقف الضاغط. أورد في (هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ، ٢٠١٥م، ٣٢٨)

تعليق على نظريات الأمل:

يرى الباحث أن آراء "ستوتلاند" و"لازاروس" تتقارب في عرضهما لأهمية وجود قدر من الرغبة أو الطموح لدى الفرد حتى يكون الأمل لديه ذو فعالية في تحقيق الأهداف المرجوة، طالما كانت هذه الأهداف في حدود الإمكانات والقدرات المتاحة لدى الفرد، وطالما كانت في حدود المقبولية الاجتماعية والأخلاقية للمجتمع، أى أن كل فرد لديه ولو مستوى محدود من الأمل، إلا أن "لازورس" يضيف كون القلق داعم لهمم الفرد في تحقيق أهدافه، فالأمل لدى "لازاروس" غير موجود حالياً في حياة الأفراد، إنما يظهر وقت شعورهم بالضغوط والتهديد سواء من الظروف المحيطة أو من حالة عدم التوازن لديهم، مما يعمل على ظهور الأمل المكتسب من خبرات سابقة سارة في حياتهم، وبالرغم من تركيز نظرية "سنايدر" للأمل على الجانب المعرفي فقط، إلا أنها تحسب لها قدرتها على قياس مستويات الأمل لدى الأفراد كونها ركزت على العمليات التفكيرية والمعرفية للأمل، مما سمح لها بوضع مقياساً تمتع بقدر كبير من الثبات والصدق، تم الاعتماد عليه واستنباط غالبية المقاييس الخاصة بقياس مستويات الأمل لدى البالغين والأطفال. وبالرغم من هذه النظرة المعرفية للأمل فلم يهمل "سنايدر" دور العواطف والانفعالات أيضاً في دعم وتعزيز الأمل لدى الأفراد ومن ثم التمكن من تحقيق الأهداف التي يسعون لتحقيقها، وهي نفس الرؤية التي سيتبعها الباحث في النظرة التكاملية للأمل كمفهوم ذو مكونين الأول معرفي والثاني انفعالي.

وهوما جعل الباحث يعتمد على مقياس سنايدر وآخرون (Snyder et al., 1991) للأمل اعتماداً على وجهته المعرفية للأمل حيث وضع مقياساً للأمل مكون من (١٢) بنداً أربعة بنود خاصة ببعد المقدرة وأربعة بنود خاصة ببعد السبل وأربعة بنود أخرى مشتتات لا يتم احتسابهم، بالإضافة إلى مقياس "ستاتس وستاسين" (Staats & Stassen) لقياس الأمل انفعالياً والذي يتكون من (١٨) بنداً تسعة بنود إيجابية تمثل التوقعات الإيجابية للمستقبل وتسعة بنود سلبية تمثل التوقعات السلبية للمستقبل، وقد اعتمد الباحث عليهما وما بني على عليهما من مقاييس نظراً لما يتمتعان بهما من كفاءة سيكومترية مرتفعة أثبتتها البحوث والدراسات.

ثانياً- الذكاء الوجداني

ساد الاعتقاد في بدايات علم لنفس كون النشاط العقلي يتمايز أو ينفصل عن الانفعالات الإنسانية، وكان الاهتمام في بداية الأمر موجه نحو الذكاء المعرفي من جانب علماء النفس، لاهتمامهم البالغ بالقدرات العقلية لدى الفرد، حيث مثلت القدرات العقلية وسمات الشخصية محددات للسلوك الإنساني، أما الآن فالعمليات الانفعالية يرى أو يعتقد أنها تلتقي أو تتقاطع مع أنشطة التفكير العقلية؛ ولذا بات هناك اقتناع لدى علماء النفس بأن دراسة الانفعالات من الممكن أن تساعد في فهم السلوك التوافقي للإنسان بصفة عامة (Leible, 2004, 395)، ومن ثم وجب إلقاء بعض الضوء على الذكاء المعرفي قبل الحديث عن الذكاء الوجداني موضوع الدراسة.

أ - الذكاء

أن الإنسان من أرقى مخلوقات الله تعالى، فهو يتميز عن غيره بالعديد من الخصائص والمزايا التي تساعده على التكيف في حياته، ومن أهم هذه المزايا العقل، فعن طريقه يفرق بينه وبين سائر المخلوقات الآخرى والذي يدرك فيه الإنسان ما يدور حوله من أحداث ومواقف ويستخدمه في حل المشكلات التي تواجهه، أما الذي يميز إنسان عن أخر هو مستوى ذكائه.

ويعد مفهوم الذكاء أقدم في نشأته من علم النفس ومباحثه التجريبية. فقد نشأ في إطار الفلسفة القديمة، ثم اهتمت بدراسته العلوم البيولوجية والفسيولوجية العصبية، واستقر أخيراً في ميدانه السيكولوجي الصحيح كمحور هام من محاور علم النفس، والذي يدرسه كمظهر عقلي من مظاهر السلوك الإنساني والذي يخضع للقياس العلمي الموضوعي، حيث يرجع مفهوم الذكاء قديماً الى الفلسفة اليونانية، حين قسم "أفلاطون" قوى العقل ونشاطه إلى ثلاثة مظاهر رئيسية، تتلخص في الإدراك الذي يؤكد الناحية المعرفية لهذا النشاط، والانفعال الذي يؤكد الناحية العاطفية، والنزوع الذي يؤكد الفعل أو الرغبة في الفعل والآداء. أما "أرسطو" فاختلف في تقسيمه لقوى العقل عن "أفلاطون" حيث قسم قوى العقل إلى مظهرين رئيسين، الأول عقلي معرفي، والثاني انفعالي مزاجي خلقي دينامي حركي. فالذكاء بهذا المعنى وفق الفلسفة اليونانية هو محصلة المظهر الإدراكي لذلك النشاط العقلي. (سليمان الخضيري الشيخ، ١٩٩٠م، ٧٥)

وأول من تعرض للذكاء كمفهوم فلسفي هو الفيلسوف الروماني "سيسرو" (Cicero) الذي عاش قبل الميلاد في الفترة من (١٠٦ ق . م، إلى ٤٣ ق . م)، حيث لخص هذا المفهوم الإدراكي

المعرفي في كلمة الذكاء، وفي أوأخر القرن الماضي ظهرت النظرة البيولوجية لمفهوم الذكاء، حيث تـأثرت النظـرة العلميـة لهـذا المفهـوم الواسـع بنظريـة النشـوء والارتقـاء "لتشـارلز روبـرت داروين" (Charles Robert Darwin)، مما جعل "هربرت سبنسر" (Herbert Spencer) يرى أن الوظيفة الرئيسية للذكاء الهدف منها تمكين الفرد من التوافق الصحيح مع البيئة المحيطة، وبنفس النظرة الفلسفية اليونانية للذكاء، قسم قوى العقل إلى نواحي عقلية معرفية، وأخرى انفعالية مزاجية عاطفية، إلا أنه يرى أن النواحي المعرفية تبنى على دعامتين رئيسيتين هما التحليل والتكامل. ثم جاءت أبحاث "بينيه" مع أواخر القرن الماضي وأوائل القرن الحالي مقسمة مفهوم الذكاء البيولوجي إلى نوعين الأول نشاط الذكاء الذي يظهر في قدرة الفرد على التكيف والتوافق سواء مع نفسه أو مع البيئة المحيطة، والثاني في مستوى الذكاء الذي يظهر في القوة التكيفية، ثم جاءت أبحاث "هولستد" (W.C.Halstead) مؤكدة هذا المفهوم البيولوجي للذكاء عندما أشار إلى أهمية الفص الجبهي للدماغ في ذكاء الفرد، ومستوى تكيفه للحياة. (فؤاد البهي السيد، ٢٠٠٠م، ١٧٥-١٧٧)

ومن هنا يظهر بكل وضوح مدى تأثر المفهوم البيولوجي للذكاء بالمفاهيم الفلسفية اليونانية القديمة، وأبحاث علماء الحياة. ومع التطور العلمي ظهر مجموعة من الباحثين يبحثون تحديد معنى الذكاء في إطار التكوين الفسيولوجي التشريحي للجهاز العصبي المركزي بوجه عام، وللقشرة المخية بوجه خاص، وقد أكدت هذه الأبحاث الفسيولوجية التشريحية على أهمية التكامل الوظيفي للجهاز العصبي المركزي وأثر ذلك على مستوى الذكاء لدى الفرد، مما يؤكد التقسيم الذي أقرة "بينية" لمفهوم الذكاء عندما فرق بين النشاط العقلي ومستوى هذا النشاط، ولعل أول من اهتم بالذكاء كمفهوم اجتماعي هو "ثورنديك" (E.L.Thorndike) حين قسم الذكاء إلى:

١- الذكاء الميكانيكي: والذي يظهر في المهارات العملية اليدوية الميكانيكية.

٢- الذكاء المعنوي: والذي يظهر في القدرة على فهم واستخدام الرموز والمعاني المجردة.

٣- الذكاء الاجتماعي: والذي يظهر في القدرة على فهم الناس والتفاعل معهم. (فؤاد البهي السيد، ٢٠٠٠م، ١٨٣)

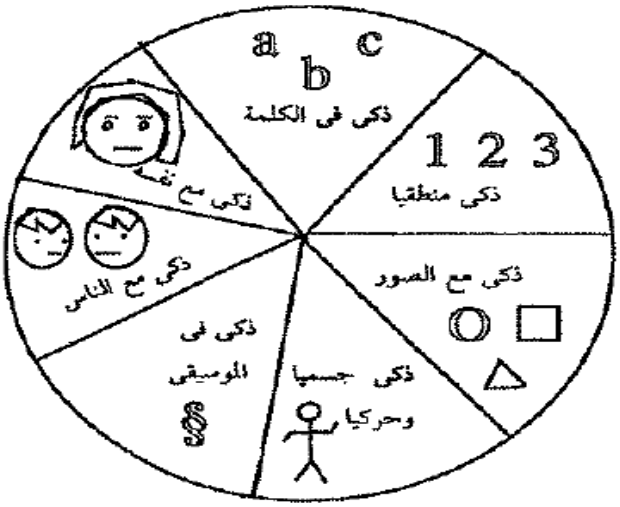
أما المفهوم الإجرائي للذكاء فقد ظهر بعد محاولات "بردجمان" (P.W.Bridgman) عام (١٩٢٨م) لوضع الأسس العلمية للتعريفات الطبيعية المختلفة، وذلك بعد أن لاحظ التقدم الكبير الذي أحرزه علم الطبيعة في تفسير أكثر الظواهر المحيطة بحياتنا اليومية، ورغم تلك الأهمية

الكبرى للمفاهيم الإجرائية إلا أنه يجب عدم الاعتماد عليها وحدها لتفسير الظواهر بل يجب وأن نستعين بالمفاهيم الآخرى للتعرف على جميع نواحي الظاهرة التي يتم دراستها. (فؤاد البهي السيد، ٢٠٠٠م، ١٨٤)

ولعل أكثر تعريفات الذكاء الإجرائية قبولاً وشيوعاً بين علماء النفس رغم وجود اعتراضات عليه هو تعريف "بورنج" (E.Boring) الذي عرفه بأنه قدرة يمكن قياسها، حيث يعد "الذكاء عنده هو ما تقيسه اختبارات الذكاء". (سليمان الخضيري الشيخ، ١٩٩٠م، ٦٣)

١ـ الذكاءات المتعددة:

تعد نظرية الذكاءات المتعددة من النظريات الحديثة في الذكاء، وقد جاءت هذه النظرية تتويجاً لنتائج بحوث ودراسات عديدة، اخذت طابعاً مغايراً لما كان سائداً ومتعارفاً عليه بخصوص الذكاء، واختباراته التقليدية، وملبية في الوقت نفسه للحاجات التعليمية الراهنة وتطورها وفق تطور العصر الحالي، والمحاولات المستمرة لمساعدة الفرد على اكتشاف نفسه والتعبير عن قدراته وإمكاناته، وتطلعاته المستقبلية، ورسم خطط النجاح على الأصعدة كافة وليس على الصعيد الأكاديمي فقط، ذلك أن هذه النظرية قد ألقت الضوء على أنواع متعددة من الذكاءات قد تتوافر لدى فرد دون الآخر وقد ميز بينها "جاردنر" عندما قدم وسيلة لرسم خريطة المدى العريض للقدرات التي يمتلكها الناس بتجميعها في سبع ذكاءات ضمتها نظريته للذكاءات المتعددة، وقد عرف "جاردنر" (Gardener,1993) الذكاء المتعدد على أنه القدرة على حل المشكلات أو تخليق نتاجات ذات قيمة ضمن موقف أو مواقف ثقافية. (جابر عبدالحميد جابر، ٢٠٠٣م، ١٠)



الشكل (٤) ماهية الذكاءات المتعددة (جابر عبدالحميد جابر، ٢٠٠٣م، ٥٥).

والشكل (٤) يوضح ماهية وأنواع الذكاءات المتعددة وفقاً لنظرية الذكاءات المتعددة "جاردنر"(Gardener,1993,93) والتي قسمت الذكاء لعدة ذكاءات لدى الفرد وهي: اللغوي ويرتبط باللغة الصوتية والحكايات والقصص، المنطقي الرياضي والذي يرتبط بالرموز المنطقية والرياضيات واللغة المعلوماتية، المكاني أو البصري الذي يرتبط باللغة التصويرية الرمزية، الجسمي الحركي والذي يرتبط بحركات الجسد، الموسيقي الذي يرتبط بنظام العلامات الموسيقية، الاجتماعي أو التفاعلي الذي يرتبط بالحالة الاجتماعية للفرد، وأخيراً الذكاء الشخصي الذاتي الذي يرتبط بمعرفة الفرد لذاته. (عبدالواحد أولاد الفقيهي، ٢٠١٢م، ١٥٥)

ولقد فصل "توماس أرمسترونج" (Thomas Armstrong) هذه الذكاءات فيما يلي:

الذكاء اللغوي: وهو القدرة على استخدام الكلمات شفوياً بطريقة فاعلة (كما هو الحال عند القاضي والخطيب أو السياسي) أو تحريرياً (كما هو الحال عند الشاعر وكاتب المسرحية والمحرر أو الصحفي). ويضم هذا الذكاء القدرة على تناول ومعالجة بناء اللغة، وأصواتها ومعانيها والأبعاد البرجماتية أو الاستخدامات العملية لها، وتضم بعض هذه الاستخدامات الإقناع (أي استخدام اللغة لإقناع الآخرين باتخاذ مسار معين في العمل) ومعينات الذاكرة (استخدام اللغة لتذكر المعلومات) والشرح (استخدام اللغة للإعلام والتثقيف) وما بعد اللغة (استخدام اللغة لتتحدث عن نفسها).

الذكاء المنطقي الرياضي: ويقصد به استطاعة الفرد استخدام الأعداد بطريقة فاعلة (كما هو الحال عند علماء الرياضيات، ومحاسبي الضرائب، أو الاحصائيين) وأن يكون لديه القدرة على الاستدلال الجيد (كما هو الحال عند العالم ومبرمج الكمبيوتر أو عالم المنطق). ويضم هذا الذكاء الحساسية للنماذج أو الأنماط المنطقية والعلاقات والقضايا (مثل إذا كان كذا .. فإن كيت، والسبب والنتيجة) والوظائف والتجريدات الآخرى التي ترتبط بها. وأنواع العمليات التي تستخدم في خدمة الذكاء المنطقي الرياضي والتي تضم: الوضع في فئات والتصنيف والاستنتاج، والتعميم، والحساب، واختبار الفروض.

الذكاء المكاني: وهو القدرة على إدراك العالم البصري المكاني بدقة متناهية (كما هو الحال عند الصياد والكشاف أو المرشد)، وأن يؤدي أو يقوم بتنفيذ مجموعة من الإجراءات معتمداً على تلك الإدراكات (كما هو الحال عند مصمم الديكورات الداخلية، والمهندس المعماري والفنان، أو المخترع)، وهذا الذكاء يتضمن الحساسية للون والخط، والشكل والطبيعة، والمجال أو للمساحة

والعلاقات التي توجد بين هذه العناصر ويضم القدرة على التصوير البصري، وأن يمثل الفرد ويصور بيانياً الأفكار البصرية أو المكانية، وأن يوجه نفسه على نحو مناسب في مصفوفة مكانية.

الذكاء الجسمي- الحركي: ويعني الخبرة والكفاءة في استخدام الفرد لجسمه ككل للتعبير عن الأفكار التي تدور بعقله، والمشاعر التي تدور بخاطره (كما هو الحال عند الممثل والمقلد المهرج ... والرياضي أو الراقص) والسهولة في استخدام الفرد ليديه لإنتاج الأشياء أو تشكيلها (كما هو الحال عند الحرفي، والمثال، والميكانيكي، أو الجراح)، ويضم هذا الذكاء مهارات فيزيقية نوعية أو محددة كالتأزر والتوازن، والمهارة، والقوة، والمرونة والسرعة وكذلك الإحساس بحركة الجسم ووضعه (أي الاستقبال الذاتي) والاستطاعة اللمسية.

الذكاء الموسيقي: ويقصد به القدرة على إدراك الصيغ الموسيقية (كما هو الحال عند الموسيقي المتذوق) وتمييزها (كالناقد الموسيقي) وتحويلها (كالمؤلف) والتعبير عنها (كالمؤدي)، وهذا الذكاء يضم الحساسية للإيقاع والطبقة أو اللحن، والجرس أو لون النغمة لقطعة موسيقية، ويمكن أن يكون لدى الفرد فهم شكلي للموسيقى أو من أعلى إلى أسفل (أي فهم كلي حدسي، أو فهم نظامي من القاعدة إلي القمة (تحليلي، تقني) أو كليهما.

الذكاء الاجتماعي: وهو القدرة على إدراك أمزجة الآخرين ومقاصدهم ودوافعهم ومشاعرهم والتمييز بينها، ويضم الحساسية للتعبيرات الوجهية والصوت والإيماءات والقدرة على التمييز بين مختلف الأنواع من الإلماعات بطرقة برجماتية (أي تؤثر في مجموعة من الناس ليتبعوا خطاً معيناً من الفعل).

الذكاء الشخصي: ويقصد به معرفة الذات والقدرة على التصرف توافقياً على أساس تلك المعرفة، وهذا الذكاء يتضمن أن يكون الفرد صورة دقيقة (عن نواحي قوته وحدوده) والوعي بامزجته الداخلية ومقاصده ودوافعه وحالاته المزاجية والانفعالية ورغباته والقدرة على تأديب الذات وفهمها وتقديرها. (توماس أرمسترونج، ٢٠٠٦م، ٢-٣)

هذا الذكاء الأخير قسمه "جاردنر"(Gardener,1993,93) إلى نوعين الأول هو الذكاء بين الأفراد (Interpersonal Intelligence) ويقصد به القدرة على إدراك وفهم مشاعر الآخرين، والنوع الثاني هو الذكاء داخل الفرد (personal Intelligence) ويقصد به القدرة على إدراك وفهم للمشاعر والدوافع الذاتية، من هنا بدأت نشأة الذكاء الوجداني الذي ظهر واضحاً وبصورة أكثر

تحديداً في أعمال "سالوفي وماير" (Salovey& Mayer) في أعوام (١٩٩٠، ١٩٩٣، ١٩٩٥، ١٩٩٧)، الأمر الذي مهد الطريق أمام "دانيال جولمان" (Goleman) لإصدار كتابه (الذكاء الوجداني) عام (١٩٩٥م)، والذي يعد المرجع الأساسي في هذا الموضوع. (عصام محمد زيدان وكمال أحمد الامام، ٢٠٠٣م، ١١-١٢)

ويرى الباحث أنه وإن كان في إشارة "أفلاطون" في تقسيمه الثلاثي لقوى العقل إلى الجانب الانفعالي والمزاجي، إلا أن في تقسيم "جاردنر"(Gardener, 1993) للذكاء بصفة عامة إلى سبع ذكاءات يعد النواة الأولى لظهور الذكاء الوجداني، وبتقسيمه للذكاء الشخصي إلى نوعين الذكاء بين الأفراد (Interpersonal Intelligence)، والذي يقصد به قدرة الفرد على التعرف وإدراك وفهم مشاعر الآخرين، والذكاء داخل الفرد ذاته (personal Intelligence)، والذي يقصد به قدرة الفرد على التعرف وإدارك وفهم مشاعره ودوافعه الذاتية، كان هذا هو الفيصل في ظهور الذكاء الوجداني كمفهوم يستوجب التعرض إليه وفهمه نظراً للأهمية الخاصة له، ذلك أن من خلاله يمكن فهم الذات وفهم الآخر في ذات الوقت ومن ثم القدرة الصحيحة للتعامل مع النفس والآخر، وهذا ما فتح الباب أما محاولات كل من "سالوفي وماير" (Salovey&Mayer)، "دانيال جولمان" (Goleman)، وآخرين بتحديد المفهوم وتفهم أبعاده.

ب- الذكاء الوجداني:

١- مفهوم الذكاء الوجداني:

لقد تعددت الترجمات العربية للمصطلح الإنجليزي (Emotional Intelligence) تحت مسمى الذكاء الوجداني وهناك من يطلقون عليه إسم الذكاء الانفعالي أو الذكاء العاطفي أو ذكاء المشاعر ولايزال هذ المفهوم من المفاهيم الحديثة نسبياً، والتي تكتنف دراسته بعض الغموض نظراً لحداثته وتشابكه ببعض أنواع الذكاءات الآخرى. (سلامة عبدالعظيم حسين وطه عبدالعظيم حسين، ٢٠٠٦م، ٢٦)

فبالرغم من هذه النظرة الحديثة لهذا المفهوم إلا أنه يعد مفهوماً قديماً؛ فمنذ أن قسم "أفلاطون" قوى العقل ونشاطه إلى ثلاثة مظاهر رئيسية تتلخص في الإدراك الذي يشير إلى الناحية المعرفية لهذا النشاط، والانفعال الذي يشير إلى الناحية العاطفية، والنزوع الذي يشير إلى الفعل أو الرغبة في الفعل أو الآداء، فأفلاطون يشبه قوى العقل بعربة يقودها سائق ماهر، يجرها جوادان،

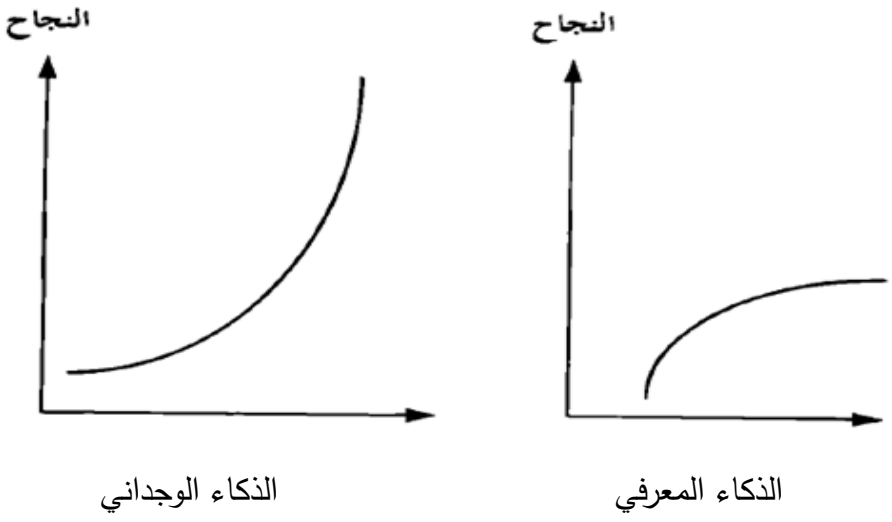
يمثل المظهر الإدراكي للعقل بذلك السائق الذي يسيطر على العربة ويقودها إلى حيث مبتغاه، ويمثل المظهر الانفعالي بالطاقة الحيوية والدافعة لدى هذين الجوادين ويمثل المظهر النزوعي بإنطلاقهما. وبنفس النظرة حلل "مكدوجل" (W.Mc Dougal) السلوك الغريزي لدى الفرد فقسم مظاهره متأثراً بتلك النظرة الافلأطونية التي تؤكد الإدراك، والانفعال، والنزوع. وقريب من هذه النظرة الأفلأطونية أيضاً مع اختلاف التقسيم قسم "أرسطو" قوى العقل لدى الفرد إلى مظهرين رئيسيين، الأول عقلي معرفي يعبر عن النظرة العقلية الإداركية للذكاء، والثاني انفعالي مزاجي خلقي دينامي حركي يعبر عن النظرة الانفعالية للذكاء. (فؤاد البهي السيد، ٢٠٠٠م، ١٧٤-١٧٥)

وأشار أيضاً "جان بياجيه" (Jean Piaget, 2002, 12) إلى عدم القدرة على الفصل بين الحياة العاطفية والإدراكية لدى الفرد رغم تميز أحدهما عن الآخر، فلا يمكن أن نختصر أحدهما في الآخر فلكل منهما ما يميزه عن الآخر، فلا وجود للعاطفة أو الانفعال دون وجود للإدراك والعكس صحيح. وبالرغم من أن علم النفس في بداية تعرضه للذكاء عند تناوله لنظريات التعلم، والمحاكاة الشهيرة بالتجارب على متاهات الفئران وأقفاص القطط الذكية والقردة، كان يركز فقط على الجوانب العقلانية من الإنسان متجاهلاً المشاعر والانفعالات إلا أن ردود الفعل الفسيولوجية كتسارع ضربات القلب والعرق وما إلى ذلك من الانفعالات المصاحبة كانت منشأ الاهتمام بالمشاعر، وكانت هذه النظرة ناشئة من إلتزام علم النفس بالموضوعية التي كانت تميز العلوم جميعاً في القرن التاسع عشر (دانيال جولمان، ٢٠٠٤م، ٩)، أو ما يطلق عليها البعض بحركة العقلنة والتي لم تكن ترى أهمية تذكر للوجدانيات والمشاعر في نجاح الفرد في حياته، وبأن حياة الفرد ستكون أفضل إذا ما تم تحكيم العقل من خلال النظرة إلى الأمور بمنظور إدراكي بحت وعزل الانفعالات حتى لا تشوش على تفكيره السليم، تلك النظرة التي قسمت البشر إلى مرتفعي ومنخفضي الذكاء، وجعلت من توافر مهارات الذكاء التعليمي – أي القراءة والحساب– والتي تظهر منذ السنوات الأولى من الطفولة هي التي تؤهل الأشخاص للنجاح أو الفشل في الحياة. إلا أن هذا الفهم الذي أصبح شائعاً في ذلك الوقت كذبته الإحصاءات الدقيقة وخبرات الحياة من حولنا؛ ذلك أن من يتفوقون أثناء سنوات دراستهم قد لا يكونوا بالضرورة ناجحين ومتفوقين في حياتهم العملية فيما بعد، فكثير من يكون معامل ذكائهم عالياً يتعثرون ويفشلون ليس في محيط حياتهم الأسرية وعلاقاتهم بالآخرين فقط ولكن أيضاً في مجال عملهم، على النقيض من ذلك نجد أن هؤلاء الذين

يكون ذكاؤهم متواضع يحققون نجاحات متميزة ويحصلون على حب من حولهم ويكسبون رضاهم. فهم يتميزون بالإصرار والمثابرة والكفاح والروح المعنوية المرتفعة والإيمان والثقة بالذات حتى عند مواجهة الأزمات والاحباطات ويصلون إلى الآخرين ويتفهمونهم (جيل هاسون، ٢٠١٥م، ١٢)، فهم يراعون مشاعرهم ويدركون أهدافهم في الحياة ويعلمون كيف يتعاملون معهم، بل ويقودنهم نحو خيرهم جميعاً باقصر الطرق، فهم غالباً ما يكون لديهم قدرات كبيرة على تلطيف المشاعر الناتجة عن ضغوط الحياة في أنفسهم وفي الآخرين، مثل هؤلاء الأشخاص تحب صحبتهم أو العمل معهم أو الإختلاط بهم، ويكونوا آباء وأزواج ودودين ومديرين مبتكرين، هؤلاء أطلق عليهم بدايةً أصحاب الذكاء الاجتماعي والشخصي، حينما قسم "جاردنر" الذكاء إلى سبع ذكاءات وأطلق عليهم "دانيال جولمان" أصحاب ذكاء المشاعر أو ما يطلق عليه حالياً الذكاء الوجداني. (دانيال جولمان، ٢٠٠٤م، ٨-٩)

ونتيجةً لهذه النظره ظهر مفهوم الذكاء الوجداني في كتابات بعض علماء النفس حديثاً، وكان أولهم "ثورنديك"(Thorandike,1920) كمرادف للذكاء الاجتماعي الذي عرفه على أنه القدرة على فهم الآخرين والتصرف بحكمة في العلاقات الإنسانية التي تجمع بينهم (عثمان حمود الخضر، ٢٠٠٢م، ٩)، وكذلك أشار إليه "وكسلر" في أعوام (١٩٤٠، ١٩٤٣، ١٩٥٨) على أنه القدرة العامة للفرد على السلوك الهادف الفعال والتفكير المنطقي. واعتبر "وكسلر" أن العوامل الانفعالية أو الوجدانية هي المؤشر الأكبر على نجاح الفرد في حياته. ثم أعاد "جاردنر" (Gardner) إكتشافه عام (١٩٨٣م) عند صياغته لنظريته عن الذكاءات المتعددة ولكن تحت مسمى أخر هو الذكاء الشخصي (Personal Inteligence) والذي قسمه إلى نوعين هما: الأول وهو الذكاء بين الأفراد ويعني القدرة على إدراك وفهم مشاعر الآخرين وأهدافهم، والثاني وهو الذكاء داخل الفرد ويعني القدرة على إدراك وفهم مشاعر الفرد وأهدافه. أما "سالوفي وماير"(Salovey& Mayer) فيرجع لهما الفضل الأكبر في بعث مصطلح الذكاء الوجداني بصورة أكثر وضوحاً وتحديداً ودقة عما سبقهما، الأمر الذي مهد الطريق أمام "دانيال جولمان" لإصدار كتابه الشهير بعنوان "الذكاء الانفعالي" عام (١٩٩٥م) والذي يعد المرجع الرئيسي عند الحديث عن الذكاء الوجداني. (عصام محمد زيدان وكمال احمد الامام، ٢٠٠٣م، ١١-١٢)

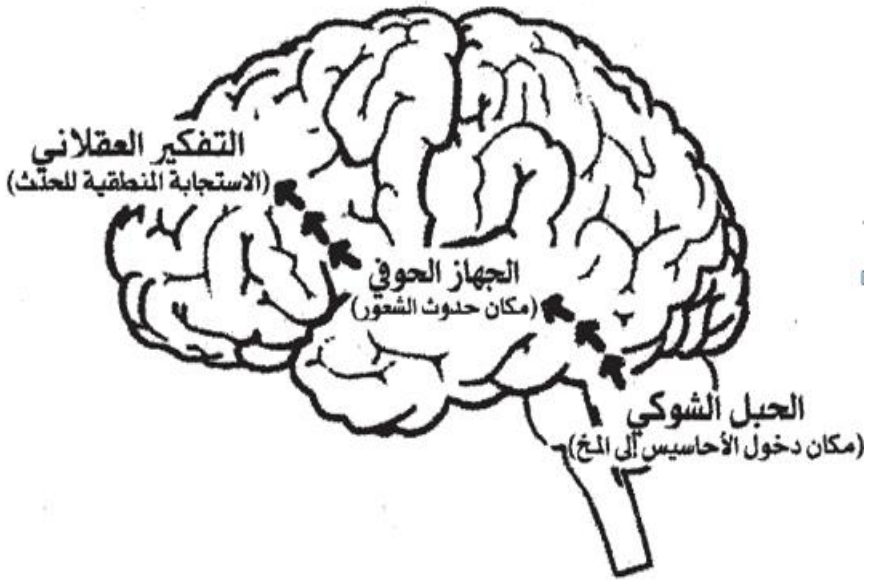
وهنا يشير "جولمان" (Goleman ،2000) أن معامل الذكاء (IQ) يسهم بنسبة (٢٠ %) من العوامل التي تحدد النجاح في الحياة تاركاً (٨٠ %) للعوامل الآخرى التي يمتلكها الفرد، فالغالبية العظمى من الحاصلين على مراكز متميزة في المجتمع لا يرجع تميزهم وشهرتهم ونجاحهم إلى ما يمتلكونه من معامل ذكاء فقط، وإنما يرجع لامتلاكهم مهارات الذكاء الوجداني، كقدرتهم على حث أنفسهم على الإستمرار في مواجهة الاحباطات والعقبات والضغوط التي تواجههم، والتحكم في النزوات والغرائز الدنيوية، والقدرة على تنظيم وضبط حالتهم النفسية، والشعور بالأمل في الغد والقدرة على تحقيق الأهداف المرجوة، والتعاطف مع الآخرين وفهمهم والتعامل معهم بالقدر الذي يحترم مشاعرهم وأهدافهم أيضاً. فالذكاء الوجداني يمكن أن يصل إلى درجة مكافئة إن لم يتفوق مرات عدة على معامل الذكاء. ويرى أيضاً أن كثير من الأحداث تدل على أن من لديهم مستوى متميز من الذكاء الوجداني ويعرفون مشاعرهم ويتعاملون معها، ويتعاملون مع مشاعر الآخرين بكفاءة، هم أنفسهم الذين نراهم متميزين وناجحين في كل مجالات الحياة، وهم الأكثر إحساساً بالرضا عن أنفسهم نظراً لأنهم يقدرون إمكاناتهم وقدراتهم وعلى أساس ذلك يضعون أهداف تتناسب وهذه القدرات، ويتسمون بالكفاءة والإتقان في حياتهم، والأقدر على السيطرة والضبط على بنيتهم العقلية مما يدفع إنتاجهم قدماً إلى الأمام، أما من يفتقدون الذكاء الوجداني أو يتسمون بإنخفاض فيه يدخلون في معارك نفسية داخلية تدمر قدرتهم على التركيز في مجالات عملهم نظراً لعدم ثقتهم بأنفسهم ولا بقدراتهم الذاتية، مما يمنعهم من التفكير بشكل واضح (كريستين ويلدنج، ٢٠١٤م، ٢٣). وهو ما أشارت إليه نتائج دراسات "سالوفي وماير"(Salovey& Mayer) عام (١٩٩٠م)، "جاردنر" (Gardner)، (Ellswrth,1994,192-196)، "ستيرنبرج" (Sternberg) عام (١٩٩٦م)، و"فاروق السيد عثمان" (١٩٩٨م، ٥-٧)، حيث إتضح أن الذكاء المعرفي يسهم بنسبة تتراوح ما بين (٤%، ٢٥%) من تباين آداء الفرد، بينما ترجع النسب المتبقية إلى عوامل وجدانية، وأشارت نتائج دراسات حديثة أخرى إلى أن نسبة الذكاء المعرفي إلى الذكاء الوجداني في تحقيق النجاح المهني والمكانة الاجتماعية هي (١:٤) وهذا يعني أن الذكاء الوجداني هو الأكبر تاثيراً في آداء الفرد وإنجازه في مختلف الأدوار المنوطة به (عصام محمد زيدان وكمال احمد الامام، ٢٠٠٣م، ١٢-١٣)، كما هو موضح بالشكل (٥) الذي يظهر أثر الذكاء الوجداني في تحقيق النجاح.



الشكل (٥) المقارنة بين الذكاء الوجداني والذكاء العادي وأثرهما في تحقيق النجاح لدى الفرد (ياسر العتيبي، ٢٠٠٣م، ٥).

ذلك أن دور الذكاء الوجداني يمتد إلى ضمان تحقيق التوافق والاتزان الانفعالي بشكل عام لدى الفرد مع ذاته ومع الآخرين، وخلق حالة من الأمن النفسي لديه، وهذا ما أكده "سالوفي وزملاؤه" (Salovey et al,1999) على أن الأفراد مرتفعي الذكاء الوجداني أكثر قدرة على التوافق مع التغيرات البيئية من حولهم، وإقامة علاقات اجتماعية مستقرة مع الآخرين، مما يسهم بشكل فعال في ضمان مستوى مرتفع بالصحة النفسية للفرد ودافعيته للقيام بمختلف أدواره الاجتماعية والتعليمية المختلفة، لأن مثل هؤلاء ينعمون بثقة في الذات تتناسب وقدراتهم الطبيعية على العطاء، فهم أكبر قدرة على التعامل بضبط نفسي مع العقبات ولا يؤثر ذلك في علاقتهم مع الآخرين، وهو ما أشارت إليه نتائج دراسة "إبراهام" (Abraham,2000) والتي أكدت قدرة مرتفعي الذكاء الوجداني على خلق علاقات جيدة ومتناغمة مع العاملين معهم، وأنهم أكثر قدرة من غيرهم في مواجهة التوتر والتحكم في الغضب. (سامية خليل خليل، ٢٠١٠م، ٦٩)

وقد أشار "ترافيس برادبيري وجين جريفز" (Travis Bradbera and Jane Graves) إلى نفس النتائج السابقة في أهمية الذكاء الوجداني في نجاح الفرد في عمله وفي أسرته؛ ذلك أن هؤلاء الذين يستخدمون خليطاً من الفكر(الجانب المعرفي للذكاء)، والعاطفة (الجانب الانفعالي للذكاء) فقط هم من يكونوا لديهم القدرة على تحقيق ما يبتغون من أمنيات وأهداف، وذلك إنما نتائج (٥٠٠٠٠٠) بحث تم أجراءه، بهدف التعرف على أهمية الذكاء الوجداني ومهارته وكيفية تنميته.



الشكل (٦) العلاقة بين الانفعالات والعقل (ترافيس برادبيري وجين جريفز، ٢٠١٠م، ١٢).

وكما هو موضح بالشكل (٦) أشار كلاً من "برادبيري وجريفز" إلى العلاقة الفريدة التي تربط الفكر بالمشاعر حينما قاما بتوضيح هذ العلاقة فسيولوجياً بأن المسار الجسدي للذكاء الوجداني في المخ عند الحبل الشوكي، وتدخل الأحاسيس الأساسية من الحواس الخمس إلى المخ، ثم تنتقل إلى الجزء الأمامي (موضع التفكير العقلاني أو المنطقي) من المخ قبل أن يتمكن الإنسان من التفكير بالأمر بمنطق وعقلانية، مروراً بالجهاز الحوفي وهو المكان الذي يتم فيه الشعور أو الإحساس بالعواطف، ويقتضي الذكاء العاطفي تواصلاً فعالاً بين مراكز العقل أو التفكير ومراكز العاطفة في المخ. (ترافيس برادبيري وجين جريفز، ٢٠١٠م، ١٢)

حيث يتضح كون المشاعر والانفعالات هي التي تسيطر على تصرفات الأفراد في المواقف الضاغطة، ذلك أنها تؤثر في معتقدات الفرد وتفكيره، من خلال رؤيته للأحداث الماضية ومدى ما حققه فيها من اتزان عمد إلى التفكير المنطقي في واقع الأمور، وتعامل الفرد معها وفق قدراته الذاتية، مخلفاً خبرات سارة لتعامل الفرد مع المواقف الضاغطة، وفقاً للنتائج الإيجابية التي حققها، وعلى النقيض من هذا حينما يفشل الفرد في التعامل مع المواقف الضاغطة والمقلقة، مما يتبعه بخبرات محزنه، تعد مصدراً لعدم القدرة على تفكيره المنطقي لمجريات الأمور.

ويرى الباحث أنه مع بداية تعرض الفلاسفة أمثال "أفلاطون"، "أرسطو"، "ماكدوجل" وغيرهم لقوى العقل، غير متناسين لأهمية الانفعال إلى جانب الإدراك والمعرفة، إلا أن علماء النفس في القرن التاسع عشر سادت بينهم ضرورة الالتزام بالموضوعية والبعد عن المشاعر والانفعالات

(العقلنة) حين التعرض للذكاء عند تناولهم لنظريات التعلم، إلا أن هذه النظرة لم تدم خاصة حينما لاحظ بعضهم ردود الفعل الفسيولوجية المرتبطة بالذكاء، مما أوضح أهمية الذكاء الوجداني في حياة الأفراد، كما أشارت نتائج دراسات "سالوفي وماير"(Salovey& Mayer, 1990)، "جاردنر" (Gardner,1994)، "ستيرنبرج" (Sternberg, 1996)، ودراسة (فاروق السيد عثمان، ١٩٩٨م، ٥-٧)، والتي أشارت إلى أهمية الذكاء الوجداني في مختلف مجالات الحياة العملية والاجتماعية، بل أن تحقيق النجاح المهني والمكانة الاجتماعية وآداء الفرد وإنجازه في مختلف الأدوار المنوطة به، انما يرجع بنسبة عالية إلى الذكاء الوجداني بجانب الذكاء المعرفي، الأمر الذي أوجد ضرورة لدراسات أخرى متعاقبة للتعرف بشكل متعمق لهذا المفهوم الهام في العصر الحديث.

٢- تعريف الذكاء الوجداني:

اختلفت آراء الباحثين في التسميات التي أطلقت على هذا المفهوم، فمنهم من أطلق عليه اسم الذكاء العاطفي وفريق ثاني أطلق علية اسم الذكاء الوجداني، وفريق ثالث أطلق علية اسم الذكاء الانفعالي، وفريق رابع أطلق علية أسم ذكاء المشاعر، وكانت كل هذه التسميات أقرب معنى إلى المصطلح الذي أطلق باللغة الانجليزية (Emotional Intelligence) ولذلك توضح تلك التسميات بأن الذكاء الانفعالي عندما يقل يشير ذلك إلى الجوانب غير السارة أو السلبية في الانفعالات كالخوف والحزن والغضب، والذكاء العاطفي أو ذكاء العواطف فيشير إلى الانفعالات السارة كالسرور والحب والإعجاب، وذكاء المشاعر فيشير إلى الجانب الحسي من الخبرة الانفعالية كالشعور بالدفء أو الراحة، أما الذكاء الوجداني يشير إلى أنه مفهوم أكثر شمولية إذ يشير إلى المزاج (شعور عام غير محدد في الغالب ولا يعرف سبب واضح له)، والانفعال (وهو شعور أكثر حدة وله سبب وهو غالباً أقصر في المدة التي يستغرقها من الحالة المزاجية كالغضب والسرور)، والعاطفة (مجموعة الانفعالات التي تتركز حول موضوع بعينه كالحب والكراهية) فهو بهذا الشكل يضم الخبرات الانفعالية السارة وغير السارة في ذات الوقت، وبهذا الشكل فإن الذكاء الانفعالي يعد جزءاً من الذكاء الوجداني. (سلامة عبدالعظيم حسين وطة عبدالعظيم حسين، ٢٠٠٦م، ١٤)

ونظراً لاختلاف المسميات فإن الباحث اعتمد في دراسته الذكاء الوجداني وعليه سوف يتعرض فقط لهذه التعريفات المرتبطة بهذا المفهوم.

الذكاء الوجداني اصطلاحاً: يعتبر مفهوم الذكاء الوجداني مفهوم حديث على التراث السيكولوجي، ويكتنفه بعض الغموض حتى أن أنصاره إنقسموا إلى قسمين أثناء تعرضهم إلى تعريفه وبيان ماهيته، ذلك أنه في منطقة تفاعل مشترك بين النظام المعرفي والنظام الانفعالي داخل الفرد، وعليه ظهر اتجاهان أولهما أصحاب القدرة وعلى رأسهم "سالوفي وماير" حيث عرفا الذكاء الوجداني بأنه: قدرة الفرد على فهم الانفعالات الذاتية وللآخرين وتنظيمها وتقييمها والتعبير عنها، للرقي بكلاً من الانفعال والتفكير، فهو شكلاً من أشكال الذكاء العام، يمكن قياسه والتعامل معه بعيداً عن سمات الشخصية (Salovey& Mayer, 1993, 433). ويرى "سالوفي وآخرون" أن الذكاء الوجداني يميز بين الأفراد الذين يحاولون الضبط والتحكم والفهم لمشاعرهم وانفعالاتهم والعمل على تنظيمها، إلى جانب القدرة العالية على مراقبة مشاعر الآخرين وفهمها واحترامها والتعامل معها بطريقة جيدة، كل تلك الأمور تمكنهم من استخدام إستراتيجيات سلوكية خاصة للتحكم الذاتي في المشاعر والانفعالات" (Salovey,et al,1995, 125-159). أما الاتجاه الثاني وعلى رأسهم "دانيال جولمان" (Goleman, 1995,271) فيعرفه بأنه: مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي يتمتع بها الفرد واللازمة للنجاح في حياته الخاصة وحياته المهنية. حيث حدد "جولمان" (Goleman) مجموعة من المهارات التي تميز مرتفعي الذكاء الوجداني وهي الإندفاعات والمثابرة والحماس والدافعية الذاتية والتقمص العاطفي والأناقة أو اللياقة الاجتماعية، وأشار إلى أن إنخفاضها ليس في صالح تفكير الفرد ومن ثم فإنها تفقده نجاحه المهني والشخصي. (فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق، ٢٠٠١م، ٣٦)

وفيما يلي عرض لأهم تعريفات الذكاء الوجداني وفقاً للتقسيم السيكولوجي السابق ذكره:

أولاً: الذكاء الوجداني كمجموعة قدرات معرفية اتجاه "سالوفي وماير":

بعد أن قاما كل من "ماير وسالوفي" (Salovey& Mayer, 1993, 433) بتعريف الذكاء الوجداني كقدرة كما سبق عرضه، قاما بتقسيمه إلى أربعة فروع هي القدرة على إدراك الانفعالات بدقة وتقييمها والتعبير عنها، القدرة على توليد المشاعر، القدرة على فهم الانفعالات والمعرفة الوجدانية، والقدرة على تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو الوجداني والعقلي للفرد (مريامة حنصالة، ٢٠١٤م، ٤٦)، فالذكاء الوجداني بهذا الشكل مرتبط بالذكاء العام كونه نوعاً من القدرات،

وإن اختلف عنه بنوعية المهارات التي تندرج تحته، والتي من شأنها التحكم في مشاعر الفرد. (سامية خليل خليل، ٢٠١٠م، ٤٨)

وبنفس التوجه عرف "جورج" (George, 2000, 033-1047) الذكاء الوجداني بأنه: القدرة على إدراك مشاعر الفرد والآخرين من خلال التفكير وفهم المعرفة الانفعالية وتنظيم المشاعر بحيث يستطيع الفرد أن يؤثر في مشاعر الآخرين، وعرفاه "ريد وكلارك" بأنه القدرة على إدراك وفهم وتناول الانفعالات بحنكة وذكاء واستخدامها كمصدر للطاقة الإنسانية والتزود بالمعلومات والعلاقات مع الآخرين، حتي يتمكن الفرد من التعامل مع الآخر بطريقة تتسم بالدقة والاتزان الانفعالي" (Reed&Clark, 2000, 68). أورد في (عصام محمد زيدان وكمال احمد الامام، ٢٠٠٣م، ٢٣)

وعرفه "زيندر وآخرون" (Zeidner, et al., 2005) الذكاء الوجداني بأنه يشير عموما إلى مفهوم عام في القدرة على التميز بين الفهم والتعبير وإدارة العواطف لدى الذات والآخرين. أورد في (موضي محمد بن حمد القاسم، ٢٠١١م، ٣٥)

ثانياً: الذكاء الوجداني كمجموعة مهارات انفعالية اجتماعية اتجاه دانيال جولمان:

حدد "جولمان" (Goleman, 1995,271) مجموعة من المهارات والسمات يتطلب وجودها فيمن يتصفون بالذكاء الوجداني وهي التحكم في الانفعالات، التقمص العاطفي، اللياقة الاجتماعية، المثابرة، الحماسة، والدافعية الذاتية، وتوافر تلك المهارت في شخص ما إنما تعبر عن قدرة عالية في تحقيق النجاح المهني والشخصي لديه.

ومن التعريفات التي تنتمي لذلك القسم تعريف "فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" حيث عرفا الذكاء الوجداني بأنه القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها والتعبير عنها بوضوح وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك وفهم دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم بهدف الدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة (فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق، ٢٠٠١م، ٣٦)، وهما بهذا الشكل يريان في الذكاء الوجداني مجموعة من القدرات تنبثق منها مجموعة من المهارات والسمات.

وعرف "دي ريد" (De Raad.,2005,674) الذكاء الوجداني بأنه مجموعة ثانوية من الذكاءات الاجتماعية التي تشتمل على مراقبة الذات والتعرف على مشاعر وعواطف الآخرين، للتمييز بينهم والاستخدام الأمثل لهذه المعلومات لتوجيه فكره وأعماله. أورد في (موضي محمد القاسم، ٢٠١١م، ١٨)

أما "عبدالله جابر محمد" فقد عرف الذكاء الوجداني بأنه: قدرة الفرد على التعرف على مشاعره ومشاعر الآخرين والتمييز بينهما وتحفيز ذاته وإدارة انفعالاته وعلاقاته مع الآخرين والتعاطف معهم بفاعلية. (جابر محمد عبدالله، ٢٠٠٦م، ٥٤٨)

أما "محمد رزق البحيري" فعرف الذكاء الوجداني بأنه ذلك التنظيم الانفعالي للشخصية القابل للتعديل والنمو والذي يتألف من مجموعة من المهارات والاستعدادات والقدرات التي تؤهل الفرد لفهم مشاعره ومشاعر الآخرين ومن ثم توجيه انفعالاته وإدارتها بشكل فعال يؤدي إلي تكوين علاقات مميزة مع الآخرين الأمر الذي يدفعه للاستمتاع بما يقوم به من أعمال بشكل يساعد على النجاح والتميز في كافة المواقف الآدائية والحياتية المختلفة، والذي يمكن قياسه بالتقدير الذاتي ويعبر عنه بالتقارير اللفظية للأطفال على مقياس الذكاء الوجداني للأطفال (محمد رزق البحيري، ٢٠٠٧م، ٥٨٩-٥٩٠). أما "سامية خليل الشختور" فقد عرفت الذكاء الوجداني بأنه مجموعة من المهارات التي تمكنه من إدراك مشاعرة وانفعالاته الذاتية وتنظيمها بالكيفية التي تمكنه من السيطرة على هذه الانفعالات والفهم الواضح لمشاعر الآخرين، بهدف التواصل معهم في علاقات إيجابية، تمكنه من النجاح في الحياة. (سامية خليل الشختور، ٢٠٠٨م، ١٢٢)

وعرف (مصطفي حفيضة سليمان ورضا أحمد الأدغم، ٢٠٠٨م، ٧٦٣) الذكاء الوجداني بأنه قدرة الفرد على التفهم الانفعالي لمشاعر الآخرين، والتواصل معهم من خلال الإدراك الدقيق لانفعالاتهم للدخول معهم في علاقات تتسم بالود، وإدارة الانفعالات بشكل جيد بحيث يكون الفرد قادراً على استدعاء الانفعالات الإيجابية بسهولة، ومقاومة الانفعالات الهامة في مواقف الحياة الضاغطة. أورد في (موضي محمد بن حمد القاسم، ٢٠١١م، ٣٥)

ويتضح مما سبق عرضه من تعريفات للذكاء الوجداني أن الاتجاه الأول والذي يتزعمه "سالوفي وماير" (Salovey& Mayer)، يرى في الذكاء الوجداني مجموعة من القدرات المعرفية التي يمتلكها الفرد بهدف الفهم الكامل لمشاعره ومشاعر الآخرين، والتعامل معها بكفاءة، بالقدر

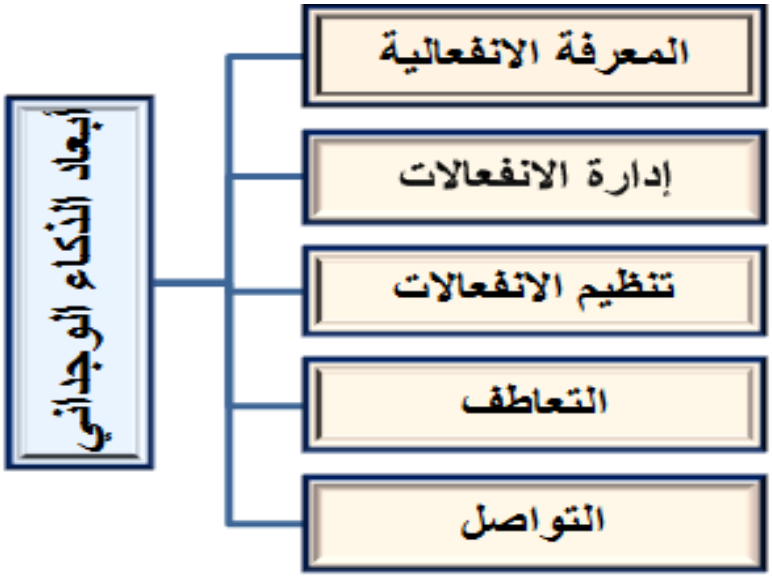
الذي يسهم في نموه الوجداني والعقلي، وعلى هذا فهو بعيد الصلة عن السمات الشخصية للفرد، بينما يرى الاتجاه الثاني والذي يتزعمه "دانيال جولمان" (Goleman ، 1995, 271) والذي يرى في الذكاء الوجداني مجموعة من المهارات التي تمكن الفرد من الإدراك الجيد والفعال لمشاعره وانفعالاته الذاتية وفهمها وتنظيمها والتحكم فيها بالقدر الذي يسمح له بالتعامل بثقة مع الآخرين، وفق أهدافهم وميولهم من خلال التعرف الجيد على مشاعرهم وانفعالاتهم، وهو بهذا الشكل سمة من سمات شخصية الفرد وأحد جوانب الشخصية، وعليه اختلفت طرق القياس ففي حين يقاس الذكاء الوجداني كقدرة بمقاييس واختبارات الآداء يقاس أيضاً كسمة من سمات الشخصية وأحد جوانبها بمقاييس التقرير الذاتي.

وتبنى الباحث في هذه الدراسة وجهة النظر المختلطة ونفس رؤية (فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق، ٢٠٠١م)، وذلك لإمكانية قياس الذكاء الوجداني كمجموعة من القدرات والمهارات والأبعاد التي يسهل معها عملية القياس، إلى جانب اهتمام الباحثين بكون الذكاء الوجداني مجموعة من القدرات العقلية ينبثق عنها مجموعة من المهارات والتي تساعد على تنمية الجانب المهني والعقلي للفرد، وهو ما سيفيد الباحث في هذه الدراسة من إمكانية قياس الذكاء الوجداني لطلاب كلية التربية بمقاييس ثبت صدقها وثباتها، إلى جانب كون الذكاء الوجداني هام لهم كمجموعة من القدرات العقلية التي تسهم في التعرف الدقيق على مشاعرهم ومشاعر الآخرين، والنظر إليه نظرة كلية وليست من جانب واحد، خاصة وهم ينتقلون من مرحلة الدراسة إلى مرحلة أشد تعقيداً وهي الالتحاق بسوق العمل، مما يستوجب عليهم التعرف على فن التعامل مع الآخر من خلال الفهم الكامل لمشاعرهم وأهدافهم، وعدم خلق الصراع بينهم والآخرين حال تحقيقهم لأهدافهم، بل العمل على التوفيق بينهم، وهذا يتطلب مجموعة من المهارات والسمات الشخصية المنبثقة من مجموعة القدرات العقلية لديهم والتي تعمل على تحقيق النجاح في حياة الفرد الخاصة والعامة.

٣ ـ مكونات الذكاء الوجدانى وأبعاده:

أشار كلاً من "فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" من خلال البحوث التي أجراها كل من "ماير وسولفاي" (١٩٩٠م)، "جولمان" (١٩٩٥م)، و"جولدمان" (١٩٩٥م)، وآخرون توصل

الباحثون إلى أن الذكاء الوجداني خاصية مركبة من خمسة مكونات أساسية كما هو واضح الشكل (٧) وهى:



الشكل (٧) أبعاد الذكاء الوجداني.

المعرفة الانفعالية Emotional cognitive

وهى الركيزة الأساسية للذكاء الوجداني، وتتمثل في القدرة على الإنتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية لدى الفرد وحسن التفرقة بينها، والوعي بالعلاقة التي تربط بين الأفكار والمشاعر والأحداث.

إدارة الانفعالات Mangement emotion

وتشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية الناشئة عن المواقف الضاغطة في الحياة، وكسب الوقت للتحكم فيها وضبطها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية، وهزيمة كل معاني القلق والاكتئاب وممارسة مهارات الحياة بفاعلية.

تنظيم الانفعالات Regulating emotions

وتشير إلى القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر الذاتية وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق، واستعمال هذه الانفعالات والمشاعر في صنع القرارات الجيدة، وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، والفهم الكامل لكيفية تحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى.

التعاطف Empathy

ويشير إلى القدرة علي إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم وجدانياً وفهم مشاعرهم،

وانفعالاتهم والتأقلم معهم والاتصال بهم مع الفصل التام للانفعالات الشخصية.

التواصل Communication

ويشير إلى التأثير الإيجابي والقوي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالاتهم ومشاعرهم، ومعرفة متى يقود ومتى يتبع الآخرين ويساندهم، والتصرف معهم بطريقة لائقة من خلال الفهم الكامل لهذه المشاعر والأهداف التي يحاولون تحقيقها. (فاروق السيد عثمان، ٢٠٠١م، ١٨، ٣٧)

٤ـ أهمية الذكاء الوجداني:

أشارت (نور الهدى رجب، ٢٠٠٥م، ٣٤) إلى مجموعة من الأمور تمثل أهمية الذكاء الوجداني في حياتنا منها:

– يلعب الذكاء الوجداني دوراً مهماً في إحداث عملية التوافق لدى الطفل مع والديه وإخوته وأقرانه وبيئته مما يجعله ينمو سوياً ومنسجماً مع الحياة، كما أنه يؤدي إلى تحسين ورفع كفاءة التحصيل الدراسي وتحسين الآداء بصفة عامة.

– يساعد الذكاء الوجداني على تجاوز كافة الضغوط التي تسببه مرحلة المراهقة وسائر الأزمات بعد ذلك مثل أزمة منتصف العمر بسلام دون ترك أية أثار سلبية داخل الشخصية.

– يعد الذكاء الوجداني عاملاً هاماً في استقرار وثبات الحياة الزوجية، ذلك أن التعبير الجيد عن المشاعر والانفعالات الذاتية، وتفهم مشاعر وانفعالات الطرف الآخر والتعامل معها بشكل ناضج، كل ذلك يضمن توافقاً زواجياً لا بأس به، يعمل على ضمان إستمرار هذه العلاقة دون عقبات.

– يكمن الذكاء الوجداني وراء النجاح في كافة المجالات سواء أكان في العمل أو البيت، فالأكثر ذكاءاً وجدانياً هم في الحقيقة أشخاصاً محبوبون ومثابرون، ومتألقون وقادرون على التواصل والقيادة ومصرون على النجاح. أورد في (إبراهيم باسل أبوعمشة، ٢٠١٣م، ٥٧)

وأضاف "السيد إبراهيم السمادوني" إلى السابق ما يوضح أهمية الذكاء الوجداني للفرد ذكر منها:

– التصرف بطريقة توافقية مع المعتقدات والميول الشخصية وصدق الفرد مع نفسه والأمانة مع الآخرين.

– القدرة على رؤية الجانب الإيجابي من الحياة، وعدم التركيز على المشاعر السلبية المحبطة.

– امتلاك المهارات التي تمكن الفرد من التعامل مع الضغوط المحيطة الناشئة عن المواقف المشكلة، بطريقة تتسم بالثبات والاتزان.

– تنمية الابتكار بسبب المرونة التي تميز الشخصية مرتفعة الذكاء الوجداني، والتي تسمح برؤية البدائل والاختيار فيما بينها بسهولة ويسر.

– توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته، من خلال القدرة على الفهم العميق لنفسه وفهم الآخرين.

– إمتلاك مهارات التعاطف الذي هو جوهر الذكاء الوجداني بما يوفره من قدرة تساهم في إقامة علاقات جيدة مع الآخرين، مما يمكن الفرد من التأثير عليهم بكل يسر. (السيد إبراهيم السمادوني، ٢٠٠٧م، ٢٤٥)

ويرى الباحث مما سبق أن الذكاء الوجداني يعمل أيضاً على إحداث نوع من الاتزان الانفعالي لدى الفرد مما يساعده على تنمية تفكيره بعيداً عن التشويش الذي قد يصاحب المواقف الانفعالية، الأمر الذي يجعله قادراً على اتخاذ قرارات صائبة في معظم المواقف، مهما كانت الضغوط والمشكلات التي قد تواجهه، فهو يخلق لدى الفرد حالة من الأمن النفسي؛ فهو في داخله يؤمن بأن قدراته وإمكاناته تمكنه من تحقيق أهدافه وطموحاته رغم الصعوبات، لأنه يعلم كيف يحسن التعامل مع ذاته ومع الآخرين، ذلك أن لديه قدرة عالية على تفهم الأخر ومشاعره وكيفية التعامل معها.

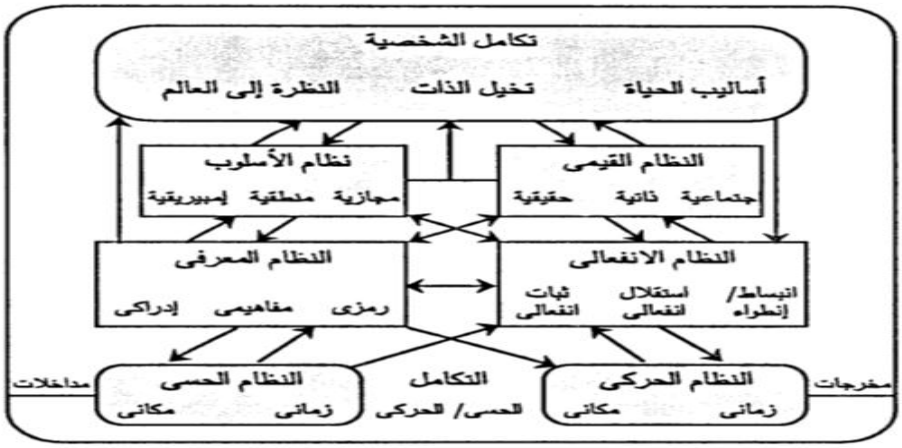
٥- النظرة التكاملية بين الذكاء والوجدان:

إن العلاقة بين الذكاء والوجدان علاقة أشار إليها معظم الباحثين بالتكاملية، فالناظر إلى نموذج "بيزان" (Buzan, 1980 a.b.c) يرى مدى التكامل بين الجانب العقلي والجانب الوجداني لشخصية الفرد، والذي يمكن وأن يتبلور من خلال ما يمكن وأن نطلق عليه اصطلاحاً مفهوم الذكاء الوجداني والذي يعبر عن نفسه في صور سلوكية متعددة منها إدراك الانفعالات الذاتية وإدارتها وإدراك مشاعر وأهداف الآخرين، والتعامل معها بطريقة إيجابية، وبنفس النظرة قدم (Wardell& Royce, 1978) تصوراً نظرياً في إطار نتائج الدراسات التي أجريت في هذا المجال والتي أكدت وجود علاقة قوية بين النظام المعرفي والنظام الوجداني لدى الفرد والتي يظهر تأثيرها على شخصيته في تكاملها ونظرتها وتعاملها مع العالم المحيط، مما يعكس مدى الاتزان

النفسي الذي يعيش فيه الفرد والذي ينعكس في علاقاته الإيجابية مع الآخرين كما هو واضح بالشكل (٨).

الشكل (٨) العلاقة بين الجانب العقلي والانفعالي لدى الفرد (فاروق عثمان ومحمد رزق، ٢٠٠١م، ٣٤).

وأيضاً ذهبت أبحاث "ماير" (Mayer,1986&1995& 1996) إلى أن المزاج الشخصي (من مشاعر وعوطف ذاتية) غالباً ما يؤثر على تفكير الفرد، فالأفراد أصحاب المزاج الجيد يفكرون بطريقة تتسم بالإيجابية عن غيرهم من أصحاب المزاج السيء، والذين يميلون إلى الاعتقاد بأنهم مرضى أو مصابين بالأمراض حيث يغرقون في المشاعر السلبية، ذلك أنهم قليلوا الثقة في أنفسهم، فتؤثر الاحباطات سلباً على حياتهم الحالية والمستقبلية، وتظهر العلاقة بين الجانبين العقلي والوجداني بوضوح عندما يغضب الفرد نجد أن معظم قرارته خاطئة، حيث أن الانفعالات الغاضبة تؤثر سلباً على التفكير وتشوشه وتقلل تركيزه. (فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق، ٢٠٠١م، ٣٣-٣٦)



الشكل (٩) التكامل والتفاعل الدينامي لأنظمة الشخصية (Wardell& Royce, 1978, 499).

والشكل (٩) يوضح النظام الدينامي الذي يربط الجانب المعرفي بالجانب الانفعالي في

الشخصية منتجاً لمختلف أنواع السلوك الخاصة بالأفراد، فكلما كان الفرد أكثر اتزانا من الناحية الانفعالية كانت الجوانب المعرفية من أفكار ورؤى وقرارات أكثر ارتباطاً بالواقع وأكثر إيجابية والعكس.

وهذا ما أشار إليه "دانيال جولمان" أن لدينا عقلان الأول هو العقل المنطقي (المعرفي) والثاني العقل الوجداني (العاطفي)، واللذان يعملان معاً في تناغم وتوافق دقيق، فالوجدان يغذي ويزود عمليات العقل المنطقي بالمعلومات من خلال الحواس الخمس، بينما يعمل العقل المنطقي على تنقية مدخلات العقل الوجداني، وأحياناً يعترض عليها. ومع ذلك يظل كل من العقلين ملكتين شبه مستقلتين، بالرغم من ترابطهما في دوائر المخ العصبية. (دانيال جولمان، ٢٠٠٤م، ٢٥)

ومما سبق يتضح مدى الترابط بين الوجدان والمعرفة، فكل منهما مهم وضروري لوجود الآخر، ولضمان حسن مسايرة الفرد للمواقف الحياتية التي يمر بها رغم صعوبتها، فالوجدان والمعرفة مكملان لبعضهما البعض، بالرغم من استقلال كل منهما عن الآخر، فوجودهما معاً يخلق حالة الاتزان النفسي لدى الفرد، فثبات الفرد انفعالياً يجعله يشعر بالإيجابية ومن ثم يجعله قادراً على ترتيب وتنظيم أفكاره بصورة تتسم بالدقة، والعكس حين ينفعل ويضطرب ويخرج من حالة الاتزان النفسي لحالة من التوتر، فتظهر لديه المشاعر السلبية التي تشتت تفكيره، وتقلل تركيزه وتجعله يتخذ قرارات خاطئة ليست في صالحه ولا في صالح المحيطين به.

٦- الذكاء الوجداني وسمات الشخصية:

تعني الشخصية الأسلوب والطريقة التي يفكر بها الإنسان، ويظهر من خلالها انفعالاته ومشاعره، وتظهر في سلوكه وردود أفعاله. وقد تم البحث في الشخصية من قبل العديد من النظريات كالتحليل النفسي والاتجاه الإنساني والمعرفي الاجتماعي وكذلك نظرية السمات، والتي تعد من أكثر النظريات قبولاً، كونها شرحت الشخصية من خلال القوى الكامنة وراء السلوك. والسمات عبارة عن مجموعة أنماط مميزة من السلوك أو التصرفات لاختبار المشاعر وللتصرف بطريقة تميز بين شخص وأخر، ويعتقد أنها (أي السمات) ثابتة ومستقرة نسبياً طوال الحياة وأنها تشكل نموذجاً لسلوك الفرد. ولعل أحدث نموذج للسمات وأكثرها قبولاً هو العوامل الخمس الكبرى للشخصية المستوحى من الأعمال الريادية لمجموعة من الباحثين أمثال "كاتل"، "هانز، وآخرين" (Raymond Cattle ,Allport ,Hans &Sybil Eysenk) وفي هذا النموذج تم عرض خمسة

أبعاد كبرى للشخصية هي: (العصابية – الإنبساط – الانفتاح على الخبرة – المقبولية –يقظة الضمير) لكل منها بعدين اثنين بحيث يقع كل فرد في نقطة على أحد بعدي كل قطب منهما (Yvonne Stys et Shelly L.Brown,2004, 25). وقد استخدم كلاً من "ماير وسالوفي" (Mayer& Salovey) سمتي الإنبساط والعصابية كمحك للإدراك الوجداني في أول دراسة علمية محكمة عن الذكاء الوجداني، حيث قاما باستخدام بعض البنود من قائمة أيزنك وتوصلا إلى أن العصابية سمة مزاجية انفعالية تجعل أصحابها يميلون للتشويه الوجداني، لذا ترتبط بالإدراك الوجداني، أما الإنبساط فقد إفترضا أنه يرتبط بالإدراك الوجداني باعتبار ميل الفرد للاجتماعية. (حباب عبد الحي عثمان، ٢٠٠٩م، ٣٩)

ومن خلال تطبيق (MSCEIT) مقياس "ماير وسالوفي" و"كارسو" للذكاء الوجداني بهدف الكشف عن العلاقة التي تربط الذكاء الوجداني وعوامل الشخصية الخمس الكبرى توصل إلى أن الأفراد مرتفعي الذكاء الوجداني هم أشخاص مقبولون اجتماعياً من قبل الآخرين، ومنفتحين على الخبرات الجديدة، فهم أشخاص قابلين للتطور والتغيير نظراً لما يتمتعون به من مرونة ولا يشعرون بأى نوع من الرهبة والخوف تجاه الحداثة، وذوي ضمير يقظ، وكانت العلاقة بين الإنبساط والعصابية أقل دلالة (John D ,.Mayer ;PeterSalovey ,David Caruso ,2004 , 205). وقد توصل أيضاً كلاً من (Costa et MacCrae, 1992) إلى أن سمة (الإنبساط / الانطواء) تتشابك مع العديد من الخصائص والجوانب الإيجابية للذكاء الوجداني، والتي تضم تأكيد الذات ودفء الشخصية والمشاركة الاجتماعية وكذا الانفعالية الإيجابية. وقد أشار "دانيال جولمان" (Goleman) على دور التعاطف في تعزيز النضج الوجداني والإيثار والأخلاق، فالأفراد الأكثر تعاطفاً هم في واقع الأمر أكثر دقة في إدراك وفهم الآخرين، كما يمكن أن لا يساعد التعاطف على التكيف خاصة في الأوضاع التي تتطلب درجة معينة من التخلص من انفعالات الآخرين أو الانفصال عنهم بغرض ضبط المشاعر حتى لا تؤثر في اتخاذ القرار، كما هو الشأن في إقامة العدل وضرورة تحكيم الضمير في بعض المواقف التي تتطلب مزيداً من استقلالية القرار. (Gerald Matthews, Moshe Zeidner, Richard D. Roberts, 2003, 342, 359)

ويذكر أيضا كلاً من "بوري وميلر" (Bourey & Miller, 2001) أن الأشخاص مرتفعي الذكاء الوجداني أكثر مرونة وانفتاحاً عاطفياً تجاه الآخرين فهم يمتلكون ميلاً واضحاً نحو تكوين

علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين، ولديهم إحساس كبير بالمسؤولية الاجتماعية وأكثر مهارة في فهم وإدارة انفعالاتهم الذاتية، وفهم انفعالات الآخرين والتعامل معها بثبات واتزان انفعالي جيد، وهذه الكفاءات والمهارات الانفعالية تعد مفتاح النجاح في مختلف المجالات، كما أن الوعي بالذات وتفهما يعد أحد المكونات المهمة في الذكاء الوجداني والذي يجعلنا نشعر بأنفسنا وإرادتنا وثقتنا في قدراتنا خاصة في أوقات الأزمات والضغوط والناتجة عن المواقف السلبية (عبدالمنعم أحمد الدردير، ٢٠٠٤م، ٢٧). أورد في (مريامة حنصالة، ٢٠١٤م، ٧٢)

ويتضح مما سبق أن هناك ارتباط قوي بين الذكاء الوجداني بكافة جوانبه وعوامل الشخصية الخمس الكبرى، ذلك أن الأشخاص ذوي الذكاء الوجداني المرتفع، هم أشخاص يتمتعون بالمقبولية الاجتماعية لدى الآخرين، فهم أشخاص ودودين يحبهم الآخرين ويحبون التعامل معهم والارتباط بهم بعلاقات اجتماعية طيبة (المقبولية)، وأنهم أشخاص لا يخافون التغيير بل يسعون في حياتهم إلى تطوير ذاتهم لمسايرة الحداثة، فهم أشخاص يتمتعون بقدر كبير من المرونة (الإنفتاح على الخبرة)، وهم أشخاص يتسمون بيقظة الضمير ذلك أنهم يدركون جيداً انفعالاتهم وانفعالات الآخرين، ولديهم مقدرة عالية على الحكم على الأمور بواقعية ودون تحيز، إذ يتسمون بقدرة عالية على الفصل بين المشاعر والعمل (يقظة الضمير)، وإذا كانت العصابية هي مجموع السمات الشخصية التي تركز على عدم التوافق والسمات الانفعالية السلبية، وكذلك السلوكية مثل القلق – الاكتئاب فالدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد يتميزون بالعصابية فهم أكثر عرضة لعدم الأمان، والأحزان وكثرة الانفعالات السلبية، بينما تدل الدرجة المنخفضة على أن الأفراد يتميزون بالإستقرار والاتزان الانفعالي، وأكثر مرونة، وأقل عرضة للأحزان وعدم الأمان، فإن كل هذه الصفات الإيجابية تميز الأشخاص الذين لديهم قدراً مرتفعاً من الذكاء الوجداني، وعليه فالعلاقة بين جوانب الذكاء الوجداني وصفاته وبين سمة (العصابية) هي علاقة عكسية، أما ما يخص سمة (الإنبساط– الانطواء) فالأشخاص ذوي الذكاء الوجداني المرتفع يتسمون بقدر كبير من الرضا عن الحال والثقة بالنفس، وفاعلية الذات والطمأنينة الذاتية، للدرجة التي تمكنهم من مواجهة معظم المواقف الضاغطة بكل يسر، وبهذا فإن الذكاء الوجداني يرتبط إيجابياً وسمة الإنبساط وعكسياً وسمة الانطواء.

٧- الذكاء الوجداني والصحة النفسية والجسدية:

يتألف الذكاء الوجداني وفق رؤية "ماير وسالوفي" (Salovey&Mayer، 1997) من القدرة على إدراك الانفعالات الذاتية والتعرف عليها والتعبير عنها وإدارتها، والتعرف على انفعالات الآخرين والتعامل معها وفق أهدافهم، وهو ما يؤكده (Palme, 2002) حيث يشير إلى ارتباط الذكاء الوجداني بجودة العلاقات البين شخصية. والتي تشمل مهارات الاتصال، تلك العملية التي يتقاسم من خلالها الأفراد مع بعضهم البعض المعلومات والأفكار والمشاعر، والتي تعد ذات أهمية كبرى للفرد، إذ يؤدي نقصانها إلى الشعور بالوحدة، والقلق الاجتماعي، والاكتئاب، وإنخفاض الثقة بالذات، وعدم القدرة على النجاح المهني والتعليمي والأسري، وعدم تحقيق الأهداف المرجوه.

(Shohreh Ghorbanshiroudj et al .,2011 , 1561)

وقد أشارت نتائج "سديكايدس" و"فورجاس" (Sedikides,1995 ,Forgas, 2002) إلى أن ذوي الوجدان الإيجابي أكثر إيجابية في تقييمهم لأنفسهم وللآخرين، إذ أنهم غالباً ما يضعون الأمور في نصابها، وأنهم متسامحون ويتصرفون بثقة كبيرة في الذات ومتفائلين نحو مستقبلهم، وفي نفس الاتجاه توصلت نتائج دراسة (Fataneh Naghavi et al, 2010) إلى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والاليكسثيميا (العجز عن التعبير عن العواطف) وهذا هو جوهر هذه الحالة، فالمشكلة ليست في غياب الشعور أو الوجدان وإنما في غياب القدرة على التعبير في كلمات عن هذا الوجدان، إن هذا النموذج يعاني من قصور شديد في المهارة الرئيسية للذكاء الوجداني وهي الوعي بالذات، ويترتب على ذلك تجنبهم لأي خبرات مثيرة للعواطف والانفعالات. هذا الاضطراب الشديد فيما يتعلق بالمشاعر يؤدي بهم للشكوى الدائمة من مشكلات صحية، والتي هي في حقيقة الأمر وفي معظم الأحوال مشكلات انفعالية، وهي الظاهرة المرضية التي تعرف بتحويل الأعراض النفسية لأعراض جسمية والتي يطلق عليها الجسم نفسية مقابل الأعراض النفس جسمية، وفيها تتسبب المشكلات الانفعالية في ظهور أعراض جسمية. (صفاء يوسف الأعسر وعلاء الدين كفافي، ٢٠٠٠م، ١١٤)

ومع التقدم التكنولوجي المتسارع، والذي أدى لتغييرات كبرى في نمط الحياة نظراً لاختلاف الأدوار وزيادة الضغوط وتعدد المسئوليات، ومع تزايد المواقف العصيبة المحبطة وغير السارة التي قد تواجه الفرد – وذات التأثير السلبي على صحة الفرد – لوحظ أن الشعور بالعجز والانفعالات

السلبية كالضغوط والاكتئاب والقلق، وغيرها من المشاعر السلبية تضعف الجهاز المناعي للجسم، وفي المقابل تسهم الانفعالات الإيجابية التي يمر بها الفرد بشكل كبير في الصحة النفسية والجسدية، فالضحك يولد انفعالات إيجابية والتي بدورها تساعد في تحسين وظيفة الجهاز المناعي، إذ تعمل الدعابة والضحك كدفاعات أولية في المواقف الضاغطة المتولدة من العقبات والمشكلات التي قد تواجه الفرد، وتشير الدراسات إلى أن الأشخاص القادرين على الاحتفاظ بمزاج إيجابي (من خلال الدعابة) يتمتعون بجهاز مناعي قوي؛ ويذهب هذا الأثر الإيجابي أيضاً للانفعالات السارة إلى الصحة النفسية والجسدية، حيث وجد أن التفاؤل والأمل في الغد يسرع في الشفاء في مختلف العمليات الجراحية الحرجة كحالات جراحة القلب وسرطان الثدي وغيرها من الجراحات، ذلك أن هذه المشاعر والانفعالات الإيجابية تعطي المريض صورة أفضل لمستقبله فتخفف من شأن الضغوط الواقعة عليه (Andrej Luneski ; Panagios D .Bamidis & all ; 2008, 518). أورد في (مريامة حنصالة، ٢٠١٤م، ٧٤)

ومما سبق يتضح أن هؤلاء الذين يتسمون بالذكاء الوجداني لديهم قدرة كبيرة للتعرف على انفعالاتهم وإدراكها دون الاستغراق فيها، مما يمكنهم من تنظيمها والسيطرة عليها، ومن ثم القدرة على التعبير عنها بكل سهولة ويسر، إلى جانب أن لديهم القدرة على التعرف على مشاعر وانفعالات الآخرين والتعامل معها بكل ثقة بالقدر الذي يجعلهم محبوبين ممن يحيطون بهم سواء أكان ذلك داخل محيط الأسرة أو خارجها، كل هذا يعمل على سيطرة حالة من الاتزان الانفعالي وصفاء الذهن لديهم، والبعد عن مختلف مصادر القلق والضغوط ومواجهتها بكل ثقة، فثقتهم في ذاتهم وفي قدراتهم يجعلهم ينظرون للغد بطريقة أكثر أملاً وأكثر تفاؤلاً، كل هذا يؤثر إيجابياً على الجهاز المناعي لديهم ومن ثم قدرة أفضل للشفاء من كافة الأمراض التي قد تواجههم.

٨- مهارات الذكاء الوجداني Emotional Intelligence Skills

تعد مهارات الذكاء الوجداني إحدى مكوناته الهامة التي يجب العمل على تنميتها، ذلك أنها تعني مجموعة من المهارات الشخصية التي تساعد الفرد على تفهم مشاعره الذاتية وعواطفه والتحكم الكامل في انفعالاته وتعاملاته مع الآخرين وفهمه لمشاعرهم، مما يمهد لإقامة علاقات ودية معهم.

الشكل (١٠) مهارات الذكاء الوجداني.

وتنقسم هذه المهارات إلى خمس مهارات حددها "جولمان" وهي مهارة الوعي بالذات، مهارة إدارة الانفعالات، مهارة الدافعية، التعاطف، والمهارات الاجتماعية كما في الشكل (١٠) والتي يمكن توضيحها كما يلي:

مهارة الوعي بالذات Self- Awareness

وتعني وعي الفرد الكامل بمشاعره الذاتية وانفعالاته وعواطفه، والوعي بأفكاره المتعلقة بهذه الانفعالات والعواطف، وتكوين مفهوم ذات إيجابي لديه مما يساعده على تقدير ذاته بصورة واقعية تتوافق وقدراته الذاتية المتاحة لديه.

مهارة إدارة الانفعالات Mangement emotion

وهي قدرة الفرد على تحمل الانفعالات العنيفة التي يتعرض لها نتيجة المواقف الحياتية الضاغطة، والعمل على ضبطها والتحكم فيها على نحو فعال، والتخلص من الانفعالات السلبية، والعمل على إستبدالها بأخرى إيجابية.

مهارة الدافعية (الدافعية الذاتية) Self-Motivation

وتمثل القدرة الداخلية الذاتية التي تحرك الفرد، وتستثير سلوكه وتوجهه نحو تحقيق أهدافه التي يرجوها ويتمنى تحقيقها. (أحمد علي محمد، ٢٠١١م، ٤٣٧)

ويضيف (سلامة عبد العظيم حسين وطه عبدالعظيم حسين، ٢٠٠٦م، ١١)

التعاطف أو التفهم Empathy

تعني الإحساس بعواطف الآخرين ومشاعرهم والتفاعل معهم بطريقة تسهم بالتناغم والتأقلم والتحكم في الصراع الذي قد يحدثه الموقف نظراً لتضارب المصالح فيما بينهم، والاهتمام بعواطف

الآخرين وتقديم يد العون والمساعدة لهم.

المهارات الاجتماعية Social Skills

وتعني قدرة الفرد على المبادرة في إقامة علاقات متبادلة مع الآخرين ومشاركة الآخرين مشكلاتهم، ومساندتهم والتفاعل معهم بطريقة تتسم بالانسجام بين كلاً من الإشارات اللفظية وغير اللفظية. أورد في (مصطفي رشاد الأسطل، ٢٠١٠م، ٣٢)

وهي بهذا الشكل مهارات تميز الأذكياء وجدانياً عن غيرهم، والتي يمكن تنميتها حتى يتمكن الفرد من التغلب على مختلف المشكلات التي قد تواجهه بكل ثقة ودون خوف دون الدخول في حالة من الصراع مع ذاته والآخرين، وهي ما يجب وأن تتوافر لدى طلاب الجامعة الذين هم في أشد الاحتياج لتلك المهارات عن غيرهم، نظراً لمختلف الضغوط التي يواجهونها ويسعون للتغلب عليها.

٩- أساليب الذكاء الوجداني:

يشير (جولمان، ٢٠٠٦م، ٧٦) إلى اكتشاف "ماير" (Mayer) أن الناس يميلون إلى إتباع أساليب متميزة للعناية بعواطفهم والتفاعل معها وهي:

الوعي بالنفس

أن هؤلاء البشر الذين يدركون حالتهم النفسية بصورة واضحة دون تهويل أو تهوين، هم شخصيات استقلالية واثقة في قدراتهم ويتمتعون بصحة نفسية جيدة، ولديهم نظرة إيجابية نحو المستقبل وعندما تحيط بهم المشاعر السلبية تجدهم لا يتحيزون ولا يستبدون بأفكارهم، ويحاولون تعديل هذه المشاعر بأخرى إيجابية حتى يتمكنوا من مسايرة الحياة.

الغارقون في انفعالاتهم

وهم الأشخاص الذين يشعرون غالباً بأنهم غارقون في انفعالاتهم عاجزون عن الخروج منها، وهم أيضا متقلبوا المزاج والذين لا يشعرون باتزان في انفعالاتهم، فهم غير مدركين تماماً لمشاعرهم للدرجة التي تجعلهم لا يستطيعون التركيز في أهدافهم فيحيدون عنها، ويشعرون بعجز كامل عن التحكم في حياتهم الوجدانية أي أنهم أناس منقلبون على أمرهم فاقدوا السيطرة على عواطفهم، قليلوا الثقة في أنفسهم.

متقلبون لمشاعرهم

وهؤلاء بالرغم من وضوح رؤيتهم بالنسبة لمشاعرهم، فهم يرون الأمور على حقيقتها، إلا أنهم يميلون إلى تقلب حالتهم النفسية دون محاولة تعديلها، وينقسمون إلى مجموعتين:

المجموعة الأولى: وتشمل كل من هم عادة في حالة مزاجية جيدة ومن ثم ليس لديهم دافع لتغييرها.

المجموعة الثانية: وتضم كل من لديهم رؤية واضحة لحالتهم النفسية ومع ذلك منهم من يتعرضون لحالة نفسية سيئة يجعلونها أمراً واقع ولا يفعلون أي شيء لتغييرها على الرغم من إكتئابهم. أورد في (مصطفي رشاد الأسطل، ٢٠١٠م، ٣٣)

ولعل النوع الأول هم من يطلق عليهم الأذكياء وجدانياً، ذلك أن لديهم القدرة على التعرف على قدراتهم بالشكل الذي يمكنهم من وضع الأهداف الممكن تحقيقها في ظل هذه القدرات، ويراعون أثناء تحقيقهم لأهدافهم أهداف الآخرين ومشاعرهم، ولديهم نظرة إيجابية نحو المستقبل.

١٠- خصائص وسمات الأذكياء وجدانياً:

لقد وضع "روبرت كوبر وأيمن صواف"(Robert Cooper& Ayman Sawaf, 1997) مكونات وخصائص الذكاء الوجداني اللازمة في العمل كما يلي:

القدرة على تحديد وتقدير الانفعالات أو القوى التي يمتلكها الفرد: وتلك القدرة تتطابق مع مفهوم الوعي بالذات لدى "جولمان" والسابقة الذكر.

حفز الذات: وتعني أن الفرد يعمل بفاعلية واتزان في مواقف العمل الضاغطة كما أنه يقوم بالمبادرة والتركيز والنشاط الذاتي.

تناول العلاقات الاجتماعية: وتعني قدرة الفرد على التغلب على القلق والتوتر ومقاومة الاحباطات لديه والناشئة من ضغوط العمل، كما أنه يشعر بانفعالات ومشاعر الآخرين ويتفهمها مما يسمح له بمساعدتهم في مقاومة المشاعر السلبية والاحباطات المختلفة.

النمط الشخصي: ويشير إلى أن الفرد الذي يتسم بالذكاء الوجداني المرتفع لديه القدرة على العمل بفاعلية تحت الضغط ويتميز بقدرته على تحمل المسؤولية، وذلك إنما يرجع إلى ثقته في ذاته وفي قدراته. أورد في (إبراهيم باسل أبوعمشة، ٢٠١٣م، ٥٨)، بالإضافة إلى كون الذكاء الوجداني

يمنح الفرد معلومات مهمة حول ذاته والآخرين، بالقدر الذي يمكنه من التوافق مع المواقف المحيطة بشكل أكثر ذكاءاً، فيجعل الفرد دوماً في حالة من الاتزان الانفعالي مما يجعله يتخذ معظم قراراته بطريقة صحيحة. (هشام إبراهيم عبدالله وعصام عبداللطيف العقاد، ٢٠٠٩م، ١٠)

وتم تفصيل ما سبق حينما أشار (السيد إبراهيم السمادوني، ٢٠٠٧م، ١١٩) إلى مجموعة من الخصائص التي تميز مرتفعي الذكاء الوجداني عن منخفضية كما يلي:

- تحديد وتقدير القوى الوجدانية التي يمتلكها بكل حيادية ودون تحيز.
- العمل بفاعلية تحت الضغوط بكافة أنواعها، والمبادرة وحفز الذات.
- القدرة على تحمل المسؤولية. (إبراهيم باسل أبوعمشة، ٢٠١٣م، ٥٨)

ويضيف إبراهيم محمد المغازي أنه يمكننا التعرف على الفرد الذي لديه ذكاء وجداني مميز في العمل من خلال الصفات التالية:

- يواصل العمل إلى ساعات طويلة دون انقطاع.
- يتذوق عمله ويشعر بالرضا عنه ويتسلى به حتى يحبه كثيراً.
- يواصل العمل لتحقيق الأهداف التي وضعها لنفسه.
- لديه القدرة على خلق دوافع متنوعة للعمل.
- يطرح أفكاراً مبتكرة لتطوير العمل.
- لا يتسرب إليه الإنزعاج أو التوتر أو القلق أثناء العمل. (إبراهيم محمد المغازي، ٢٠٠٣م، ٦٣)

ويضيف (سلامة عبد العظيم حسين وطه عبد العظيم حسين، ٢٠٠٦م، ٢٢) سمات وخصائص أخرى منها:

- يتمكن من تكوين علاقة إيجابية تربط بين انفعالاته وتفكيره من ناحية وبين تفكير وانفعالات الآخرين الذين يتعامل معهم من ناحية أخرى.
- له دور مهم في دفع الفرد نحو تحقيق أهدافه ومن ثم تحقيق النجاح في حياته العملية والاجتماعية على حدا سواء.

ويمكن تلخيص هذه الخصائص في قدرة الفرد على تحديد قواه الوجدانية والآخرين، والتفهم الكامل لمشاعره ومشاعر الآخرين، والقدرة على وضع أهداف تتناسب وإمكاناته، والتغلب على كافة الصعوبات التي قد تواجه من خلال وضعه لحلول بديلة ومبتكرة، ثم اتخاذ القرارات في ضوء ذلك مع تحمل المسئولية الكاملة تجاه هذه القرارت، مما يخلق لديه شعور كامل بالرضا عن أعماله، ويحب ويتقن عمله، ويجعل العمل يسوده جواً من التفاؤل والسعادة، ويحسن التعامل مع الآخرين، وغالباً ما يجعل أهدافهم تتلاقى وأهدافه.

١١- النماذج المفسرة للذكاء الوجدانى:

أشار(أحمد على محمد، ٢٠١١م، ٤٤١-٤٤٥) إلى أن هناك نموذجين أساسيين مفسرين للذكاء الوجداني هما:

أولاً- الذكاء الوجداني بوصفه مجموعة من القدرات:

كان "ماير وسالوفي" (Salovey&Mayer, 1990) أول من قدما نموذج للذكاء الوجداني حينما عرفا الذكاء الوجداني كفئة فرعية من الذكاء الشخصي وفقاً للتقسيم الذي وضعه "هاورد جاردنر" (Howard Gardner) للذكاءات المتعددة، وحدد عاملين مكونين له وهما الذكاء داخل الشخص والذكاء بين الأشخاص. فالذكاء الوجداني لديهما نتاج الوحدة بين النظام المعرفي والنظام الوجداني لدى الفرد، وأنه مستقل عن الذكاء العام رغم وجود علاقة بينهما، ذلك أن الذكاء الوجداني يتطلب قدرة لفظية (Verbal Ability)، وهذا ما أشارت إليه "جويفز" (Graes, 2000) عندما بحثت العلاقة بين الذكاء الوجداني وقائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية (BFFI). ثم قدما "ماير وسالوفي" تعديلاً لمفهوم الذكاء الوجداني فعرفاه على أنه قدرة من القدرات العقلية في تعريفهما للذكاء الوجداني بأنه قدرة الإنسان على رصد وإدراك مشاعره وانفعالاته ومشاعر الآخرين وانفعالاتهم وأن يفرق بينهم، وأن يستخدم هذه المعلومات في توجيه سلوكه وافعاله بالطريقة التي تضمن حسن التفاعل معهم فيجعل من تحقيق أهدافه ليست عائقاً أمام تحقيقهم لأهدافهم (Salovey& Mayer, 1997, 189). (سامية خليل خليل، ٢٠١٠م، ٥٠)

وينقسم هذا النموذج إلى أربعة أبعاد مكونة للذكاء الوجداني هي إدراك الانفعالات، استخدام الانفعالات، فهم الانفعالات، إدارة الانفعلات، ويمكن توضيح ذلك كما يلي:

إدراك الانفعالات Emotional Perception

يعني قدرة الفرد على الوعي الذاتي بالانفعالات والتعبير عنها بطريقة جيدة، وفهم الرسائل الانفعالية كما تظهر في تعبيرات الوجه ونبرات الصوت وتفسير محتوى هذه الانفعالات، مما يسمح بالتعامل معها دون تهوين أو تهويل.

استخدام الانفعالات Emotional Using

يعني مدى تأثير الانفعالات على تجهيز ومعالجة المعلومات الانفعالية، حتى يكون هناك تأثيراً إيجابياً لهذه الانفعالات على النشاط العقلي للفرد.

فهم الانفعالات Emotional Understanding

يعني القدرة على فهم الانفعالات المركبة وتسميتها وتحليلها إلى أجزاء حتى يسهل التعامل معها، وسهولة الإنتقال من انفعال إلى أخر.

إدارة الانفعالات Emotional Mangement

وتعني قدرة الفرد على إدارة مشاعره وإمكانية التحكم فيها ومشاعر الآخرين، من خلال تجميع بيانات واضحة عن هذه الانفعالات بطريقة ذكية، مما يسمح بوضع استراتيجيات فعالة تساعده على الإنجاز والخروج بنتائج جيدة. (سامية خليل خليل، ٢٠١٠م، ٥١)

وأشارا أيضاً إلى أن هناك فروقاً فردية بين الأشخاص في تجهيز ومعالجة المعلومات الوجدانية والربط بينها وبين المعرفة الأكثر اتساعاً. فقد اعتبر أن الذكاء الوجداني قدرة عقلية معرفية وقاما بقياسه بنفس الأسلوب المتبع في قياس الذكاء التقليدي باستخدام مجموعة من المواقف التي تعتمد على الآداء أو القدرة، وما يطلق علية في مجال القياس النفسي اختبارات الآداء الأقصى. (Goleman, 2003, 14)

ثانياً- الذكاء الوجداني بوصفه مجموعة مشتركة من القدرات والسمات: (النماذج المختلطة)

هذه النماذج ترى في الذكاء الوجداني الأساس الذي يبنى عليه أى نوع من الذكاءات الآخرى، ذلك أنهم يرون أن الذكاء الوجداني لا يتعارض مع الذكاء العقلي إنما هما منفصلان كلاً عن الآخر، وأنه يمثل الجانب غير المعرفي للذكاء كما ذكر كلاً من "بار-أون" (Bar-On) و"دنيال جولمان" (Goleman, 1995)، وأنه سبب نجاح أى فرد في حياته (Heim, 2002)، وأن أصحاب الذكاء الوجداني يتمتعون بمعظم الصفات الجميلة والراقية (موضي محمد القاسم،

٢٠١١م، ٤٥)، ومن أمثلة هذه النماذج ما يلي:

نموذج جولمان:

وفيه ينظر "جولمان" إلى الذكاء الوجداني على أنه مجموعة من السمات والعوامل الشخصية، حيث أن فهمه للذكاء الوجداني مبني على مفهوم "جاردنر" Gardner في الذكاءات المتعددة، وخاصة فيما يخص الذكاء الشخصي والبينشخصي، وفيه قام "دانيال جولمان" (Goleman, 1995, 271) وفق تعريفه بوضع خمسة أبعاد يتكون منها الذكاء الوجداني تمثلت في الوعي بالذات، إدارة الانفعالات، الدافعية، التعاطف، والمهارات الاجتماعية، وأن كل منها يتضمن مجموعة من الكفاءات، ثم أدخل على نموذجه عدة تعديلات أدت إلى خفض المكونات الرئيسية من خمسة إلى أربعة أبعاد، ومن (٢٥) إلى (٢٠) كفاءة شخصية فرعية. وتمثلت المكونات الرئيسية للذكاء الوجداني وفق رآي "جولمان" (٢٠٠١م) في التالي:

أ- الكفاءة الشخصية Personal Competence: وتتضمن الكفاءات الفرعية التالية:

- **الوعي بالذات:** ويتضمن قدرة الفرد على قراءة وفهم مشاعره وإدراكها، والتعرف على مدى تأثيرها على الآخرين، هذه القدرة أساس ثقة الفرد بذاته، ويتكون من ثلاثة أبعاد فرعية هي الوعي بالذات، التقييم الدقيق للذات، الثقة بالذات.

- **إدارة الانفعالات:** وتبنى في الأساس على مهارة الوعي بالذات، حيث يتسم من يتمتعون بتلك المهارة بالقدرة على التعامل مع الضغوط بكل قوة وتحدي، فلا يخضعون لها ويستعيدون حياتهم وتوازنهم بشكل سريع، ويتضمن كل من التحكم في الذات، يقظة الضمير، التكيف، والتجديد والابداع.

- **الدافعية:** ويقصد بها قدرة الفرد على توجيه انفعالاته نحو تحقيق الأهداف الموضوعة، ما يجعله يتسم بالفاعلية فيما يعهد إليه من مهام وأدوار، ويشتمل على الدافع للإنجاز، الالتزام، المبادرة، التفاؤل.

ب- الكفاءة الاجتماعية (Social Competence) وتتضمن الكفاءات الفرعية التالية:

- **التعاطف:** وتتأسس أيضاً تلك المهارة على الوعي بالذات، ويقصد بها قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع الاشارات الاجتماعية، بالقدر الذي يجعله قادراً على رعاية الآخرين، ويشتمل على فهم الآخرين، الإيثار، التنوع، والوعي السياسي.

- **المهارات الاجتماعية:** وتعني قدرة الفرد على التأثير في الغير، والفاعلية في التعامل مع الآخر، وتتضمن التواصل، التأثير، التعامل مع الصراعات، القيادة، التغيير، بناء الروابط، المشاركة والتعاون، ومهارات الفريق. (سامية خليل خليل، ٢٠١٠م، ٥٦)

ثانياً: نموذج الذكاء الوجداني الاجتماعي بار- اون (Bar-on Model)

وفيها قام "**بار– أون**" **(Bar-on)** بتوسيع معنى الذكاء الوجداني بدمجه بمجموعة من السمات التي لا تتعلق بالقدرة، فحدد مجموعة من المهارات تعد سبباً في نجاح الفرد في حياته كالمهارات داخل الشخص والبينشخصية والتكيف وضبط الضغوط والمزاج العام، حيث عرف , (Bar-on 1997, 14) الذكاء الوجداني بأنه تنظيم من المهارات والكفايات الشخصية والاجتماعية والوجدانية، والتي تؤثر على قدرة الفرد في تعامله مع الآخرين وقدرته على حل المشكلات والعقبات التي قد تواجهه سواء أكان هذا داخل الذات أو خارجها، وقد تتضمن نموذجه خمسة أبعاد تمثلت في الذكاء داخل الفرد، الذكاء بين الأشخاص، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، والمزاج العام وسيتم تناولها بايضاح كما يلي:

- **الذكاء داخل الفرد Interpersonal Inteligence**

ويتضمن مجموعة من القدرات تتمثل في الوعي بالذات الوجدانية، والتوكيدية، وتقدير الذات، وتحقيق الذات، واستقلالية.

- **الذكاء بين الأشخاص Interapersonal Inteligence**

ويتضمن مجموعة من الكفايات التي تساعد على التأثير الإيجابي وهي التعاطف والعلاقات بين الأفراد والمسئولية الاجتماعية.

- **القدرة على التكيف The Ability to Adapt**

ويتضمن مجموعة من الكفايات التي تساعد الفرد على التكيف والتوافق الناجح مع البيئة المحيطة التي يعيش فيها وتشمل حل المشكلات، اختبار الواقع، المرونة.

- **إدارة الضغوط Stress Mangement**

ويتضمن مجموعة من القدرات التي تساعد الفرد على إدارة الضغوط وضبط وتنظيم الذات وتتضمن بعدين هما تحمل الضغوط، وضبط الإندفاعات.

- **المزاج العام General Mode**

ويتضمن مجموعة من القدرات التي تساعد الفرد على إدراك حالته الانفعالية وتعديلها وتشمل السعادة، والتفاؤل. وقام بتصميم مقياس له أطلق عليه قائمة (بار- أون)، تكونت من (١٣٣) بنداً وفق أسلوب التقرير الذاتي. (سامية خليل خليل، ٢٠١٠م، ٥٧-٦٠)

وهناك من النماذج العربية ما يجب لفت الإنتباه إليها منها نموذج (فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق، ١٩٩٨م، ٣٧) والذي قسم الذكاء الوجداني إلى خمسة أبعاد هي :

- **المعرفة الانفعالية:** ويقصد بها القدرة على الإنتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية، والتفرقة بينها والفهم الكامل للعلاقة بين الأفكار والمشاعر الذاتية والأحداث المحيطة.

- **إدارة الانفعالات:** ويقصد بها القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وتحويلها إلى انفعالات إيجابية، وممارسة كافة مهارات الحياة اجتماعية كانت أو مهنية بطريقة جيدة.

- **تنظيم الانفعالات:** ويقصد بها القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر الذاتية وتوجيهها نحو تحقيق التفوق، واستخدامها في صنع أفضل القرارات، والفهم الكامل لطرق التعامل مع الآخرين بانفعالات تناسب كل مرحلة.

- **التعاطف:** ويقصد بها القدرة على إدراك انفعالات الآخرين وفهمها والإندماج معهم انفعالياً وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والتأقلم معهم.

- **التواصل:** ويقصد بها التأثير الإيجابي والقوي في الآخرين من خلال الفهم الكامل لانفعالاتهم ومشاعرهم، ومعرفة الوقت المناسب لقيادتهم أو لتتبعهم ومساندتهم والتصرف معهم بطريقة لائقة.

وقدم "محمد إبراهيم هلال" نموذجاً قسم فيه الذكاء الاجتماعي إلى سبعة أبعاد هي: الوعي بالذات، إفشاء الذات والاعتراف بالواقع، الوضوح، حفز الذات، التعامل مع الآخرين وتفهمهم، تفهم الذات وحساسية العلاقة مع الآخرين، مدى التحكم الذاتي في الانفعالات، الدافعية ويقظة الضمير. (محمد إبراهيم هلال، ١٩٩٩م، ٧٧)

سلبيات نماذج الذكاء الوجداني:

أشار "موضي محمد القاسم" إلى أنه توجد العديد من نقاط الضعف التي برزت في مختلف نماذج الذكاء الوجداني، وقام بعرض هذه السلبيات الخاصة بكل نموذج على حده كما سيتم بيانه بايضاح كما يلي:

أولاً ـ نقاط ضعف نموذج القدرات العقلية لماير وسالوفي (Mayer& Salovey):

- إنتقد "سترنبرج" (Sternberg, 1997) هذا النموذج قائلاً أنه بالرغم من التحديد الواضح للقدرة العقلية للذكاء الوجداني، إلا أنه أشتمل أيضاً على بعض السمات الشخصية والتي يمكن وأن تصاحب هذا الذكاء، وكان من الأفضل الفصل عن السمات الشخصية حال الحديث عن ربط الذكاء الوجداني بالقدرات العقلية حتى يتمكن من تحديد مدى تأثير كل منهما على سلوك الأفراد.
- إنتقد "ستيف هين" (Hein,2003) تركيز كلاً من "ماير وسالوفي" في تعريفهما للذكاء الوجداني على القدرة النامية المتطورة (Developed Ability) متجاهلين القدرة الكامنة الفطرية المرتفعة.
- اختلاف نتائج الدراسات والأبحاث التي إهتمت بالذكاء الوجداني كنتيجة لاختلاف تعريفاته، كما حدث في دراسة "سكوت وآخرون" (Schtte, et al., 1998)، والتي استخدم فيها مقياس للذكاء الوجداني قائم على تعريف "ماير وسالوفي".

ثانياً ـ نقاط ضعف النموذج المختلط لجولمان (Goleman) :

- شكك "ماير" (Mayer, et al., 2000) في نظرية "جولمان" (Goleman)، حينما تحدث عن أهمية الذكاء الوجداني أكثر من الذكاء العام (الذكاء المعرفي) في نجاح الفرد في حياته داخل بيته وفي عمله، حيث حدد نسبة إسهام الذكاء الوجداني فيما يقرب من (٨٠%) من العوامل المحددة لنجاح الفرد، بينما يسهم الذكاء المعرفي بنسبة (٢٠%) في هذا النجاح.
- رأى "أبشتين وآخرون" (Epstein,et al.,1998) أن نموذج "دانيال جولمان" لم يقدم دليلاً علمياً على مصداقية تعريفه ونموذجه وأنه توسع في ضم مزيج من السمات الشخصية والميول والدافعية للذكاء الوجداني، إلى جانب عدم تطويره مقياساً يمكنه من التحقق من نسبة الذكاء. (موضي محمد القاسم، ٢٠١١، ٤٩-٥٠)

التعليق على النماذج المفسرة للذكاء الوجدانى:

تنوعت النماذج النظرية في تعريفها وتفسيرها للذكاء الوجداني ومكوناته، فمنها ما اعتبر الذكاء الوجداني مجموعة من القدرات وأنه فئة فرعية من الذكاء الشخصي في تقسيم الذكاءات

المتعددة ل"هوارد جاردنر" (Howard Gardner) ، حينما قسم الذكاء الشخصي إلى ذكاء بين الأشخاص وذكاء داخل الشخص، ومن هؤلاء "ماير وسالوفي" (Salovey&Mayer) الذين وضعوا له أربعة أبعاد هي إدراك الانفعالات، استخدام الانفعالات، فهم الانفعالات، وإدارة الانفعالات، ووفقاً لهذه الأبعاد وضعا مقياساً للذكاء الوجداني الذي وضع اختصاراً له بإسم (MSCEI) عام (٢٠٠٣م)، مؤكدين أنه مفهوم يجمع بين الذكاء والانفعال في آن واحد، وهذا يعني أنه قدرة من القدرات العقلية التي تنتمي إلى حقل الذكاءات، وبالتالي لايرتبط بالذكاء العام من حيث مهاراته وقدراته، والتي تتضمن التحكم في المشاعر والانفعال، واستخدام تلك المهارات الانفعالية يتطلب المزيد من المهارة اللغوية في التعبيرات الشعورية وكذلك في تحويل المشاعر إلى سلوك، وبالرغم من أهمية هذا النموذج كونه أول النماذج التي فسرت ووضعت مقياساً للذكاء الوجداني، إلا أنه يعاب عليه اختلاف نتائج الدراسات والأبحاث التي استخدم فيها مقاييس معتمدة على هذا التعريف الذي وضعاه "ماير وسالوفي" (Salovey& Mayer)، وظهر اتجاه أخر سمي بالنماذج المختلطة نظراً لكونها ترى في الذكاء الوجداني مجموعة من المهارات والكفايات الاجتماعية والشخصية والانفعالية التي تؤثر في قدرة الفرد على التعامل مع الآخرين، ومواجهة مختلف الضغوط، فالذكاء الوجداني، ومن أمثلة هذا الاتجاة نموذج "جولمان" الذي حدد أربعة أبعاد مكونة للذكاء الوجداني وهي الوعي بالذات، إدارة الذات، الوعي الاجتماعي، وإدارة العلاقات، أما نموذج "بار–أون" (Bar-on) فقد تضمن خمسة أبعاد هي الذكاء داخل الفرد، الذكاء بين الأشخاص، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، والمزاج العام، وهناك نماذج أخرى تماشت مع أحد الاتجاهين السابق ذكرهما. وسواء تعلق الأمر بمجموعة من القدرات العقلية أو الكفايات الشخصية أو المهارات أو حتى السمات فهي تتفق على دور الذكاء الوجداني في الحفاظ على الصحة النفسية والجسدية للأفراد، وهو ما تؤكده نتائج الدراسات التي نفذت في هذا المجال.

وفي الدراسة الحالية تبنى الباحث النموذج الذي وضعاه كلاً من (فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق، ١٩٩٨م، ٣٧)، حيث نظرا إلى الذكاء الوجداني نظرة توسطية بين النموذجين السابقين، فهما يريان أن الذكاء الوجداني يتضمن مجموعة من القدرات كمراقبة وفهم الانفعالات الذاتية وانفعالات الآخرين، هذه القدرات ينبثق عنها عدة مهارات واستراتيجيات سلوكية انفعالية واجتماعية تساعد على النمو المهني والعقلي للفرد، وتضمن نموذجهما مجموعة من الأبعاد هي المعرفة الانفعالية، إدارة الانفعالات، تنظيم الانفعالات، التعاطف، والتواصل.

ثالثاً: قلق المستقبل Future Anxiety

يمثل قلق المستقبل أحد أنواع القلق الذي يتمثل في الخوف من أشياء مجهولة يكون مصدرها خبرات الفرد الماضية أو الحاضرة يعيشها الفرد، تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار وتسبب لديه هذه الحالة شيء من التشاؤم واليأس، فتعيق توافقه مع ذاته ومع البيئة المحيطة، فتجعل نظرته سلبية تجاه المستقبل، ومن هنا وجب التعرف على القلق بصفة عامة كمدخل لدراسة قلق المستقبل، ذلك أن كل أنواع القلق تقريبا تتضمن عنصر المستقبلل ولكن المستقبل هذا، ربما يكون محدد بدقائق، أو ساعات أو أيام على الأكثر. وإن مفهوم قلق المستقبل يشير إلى المستقبل المتمثل بمسافة زمنية أطول كما أشار إلى ذلك (Zaleski, 1996).

أ- القلق Anxiety

يعد القلق من الانفعالات الإنسانية الأساسية والملازمة لسلوكه وقت التعرض للضغوط، وجزء طبيعي في كل آليات السلوك الإنساني، وهو يمثل أحد أهم الاضطرابات المؤثرة على صحة الفرد ومستقبله، إضافة إلى تأثيره السلبي على مجالات الحياة المختلفة إذا ما زاد عن مستواه الطبيعي، لذلك يعد القلق من العوامل المؤثرة في الشخصية، فالقلق نقطة البداية لمختلف الأمراض النفسية والعقلية، مما جعله من أهم الموضوعات النفسية التي ارتبطت بعلم النفس لما له من أهمية وعمق وارتباط بأغلب إن لم يكن بكل المشكلات والاضطرابات النفسية، ومع تسارع وتيرة التطور في كافة مناحي الحياة في العصر الحالي، وما صاحبها من شتى الضغوط والمرتبطة بعدم قدرة الفرد على مسايرة هذا التطور وفق إمكاناته وقدراته، هذه الضغوط المتمثلة في مختلف المتطلبات والتحديات من إرتفاع تكاليف المعيشة، مع الأوضاع الاقتصادية الصعبة، والبطالة، والمشكلات الأسرية، ومشكلات العمل، والضوضاء والتلوث البيئي، وغيرها من الأمور التي جعلت الإنسان يقع فريسة سهلة المنال لكافة المشكلات النفسية وعلى رأسها القلق.

ولابد أن نعي أنه من الطبيعي أن يشعر الإنسان بالقلق، من حين إلى أخر، وفي الحقيقة، فإن نوبة من القلق، بدرجة معينة، يمكن أن تكون مفيدة. فالإحساس بالقلق قد يساعد الفرد على رد الفعل والتصرف بصورة صحيحة عند التعرض إلى خطر حقيقي، كما يمكن أن يحفزه على التفوق وأداء ما عليه من واجبات تجاه عمله أو أسرته، وهو ما أشار إليه "جاكي سيلبرج" بأن القلق قد يصبح مفيداً رغم كونه غير سار بالنسبة لبعض الاشخاص الذين يتمتعون بالقدرة على التركيز

على الآداء بدلاً من التركيز على الموقف ذاته، ذلك أن الفرد في هذه الحالة يكون لديه القدرة على التعامل بكل وعي وتركيز مع الموقف المقلق لأنه يعلم بأن هذا الموقف سوف ينتهي في وقت محدد، مثل المرور باختبار ما، على خلاف هؤلاء الذين يقلقون لأمور هي في الأصل لا تقلق ولا تؤدي للشعور بالقلق، فيكون شعورهم بالقلق مبالغ فيه مما يؤثر سلباً على أدائهم، نظراً لوقوعهم تحت وطئة الاضطراب. أورد في (جاكلي سيلبرج، ٢٠١٠، ٣٣)

ولكن ليس من الطبيعي أن يتسم الإحساس بالقلق بالتكرار وفي أوقات متقاربة، وبصورة حادة، دون أي سبب حقيقي، للدرجة التي يعيق مجرى الحياة اليومي والطبيعي للفرد، وهذا ما يمكن وأن نطلق عليه اضطراب القلق والذي بصدد دراسته حالياً، حيث لا يمكن الحديث عن قلق المستقبل بوصفه نوعاً من أنواع القلق إلا في ضوء فهم القلق بشكل عام.

١- مفهوم القلق:

القلق لغةً: جاء في لسان العرب عن القلق في مادة (قلق) القلق: الإنزعاج. يقال: بات قلقاً، وأقلقه غيره، وجاء أيضاً القلق: بمعنى الإنزعاج، وأقلق الشئ من مكانه وقلقه: حركه، والقلق: ألا يستقر في مكان واحد. (أبو الفضل جمال الدين إبن منظور، ١٩٩٩م، ٣٧٢٦).

القلق اصطلاحاً: على الرغم من تعرض الكثير من الباحثين لمفهوم القلق، حيث أشار فاروق السيد عثمان إلى أن عدد الأبحاث التي حصرها "سبيلبرجر"(Spilberger,1966) في الفترة من (١٩٥٥م) وحتى (١٩٦٦م) تقدر بما يقرب من (١٥٠٠) بحثاً عن القلق، وقد تم حصر أبحاث القلق عن الفترة من (١٩٩١م) وحتى عام (١٩٩٥م) فبلغت (١٢١٢) بحثاً عن القلق، وبالرغم من هذا العدد الكبير من الأبحاث إلا أنه لم يتم التوصل إلى مفهوم دقيق ومحدد له، فهناك من يصفه بأنه حالة من الضيق والحزن والكدر والانفعال والإنزعاج والخوف ذلك أن القلق يرتبط بهذه المفاهيم بشكل واضح. (فاروق السيد عثمان،٢٠٠١م، ١٤-١٥)

فقد عرفه "سيجموند شلومو فرويد" بأنه: حالة من الخوف الغامض والشديد الذي يستحوذ على الإنسان، ويسبب له كثيراً من مشاعر الحزن والضيق والألم، والقلق يعني الإنزعاج، والشخص القلق دائم لتوقع الشر، فهو ينظر للحياة بنظرة سوداوية، ويبدو متردداً عاجزاً عن اتخاذ أي قرار في حياته، نظراً لكونه دائم التشويش، أما "إدلر" فقد أشار للشعور بالنقص الذي قد ينتاب الفرد بالقلق، أما "إريك فروم" فيرى في فترة اعتماد الطفل الطويلة على والديه تقيده وتفرض السيطرة عليه، وينمو

الطفل ويبدأ بالاستقلال والتحرر، هنا يظهر القلق حال العقاب القاسي من والديه نتيجة السلوك الخطأ. (سيجموند شلومو فرويد،١٩٨٩م، ١٣)

وعرفه "أحمد محمد عبدالخالق" بأنه: انفعال غير سار وشعور مكدر بتهديد أو هم مقيم، وشعور بعدم الراحة والاستقرار، وإحساس شديد بالتوتر، وخوف دائم لا مبرر له من الناحية الموضوعية، وفي الغالب ما يتعلق بالخوف من المستقبل أو الخوف من المجهول، كما يشتمل على استجابات مفرطة لمواقف قد لا تعني في الأساس خطراً حقيقياً إذ هي أموراً حياتية عادية، ولكن الفرد القلق هو من يستجيب لها كما لو كانت أموراً حتمية ولازمة لا غنى عنها. (أحمد محمد عبدالخالق، ١٩٨٧م، ٢٧)

وعرفه "صمويل حبيب" بأنه: حالة وجدانية تستحوذ على فكر الفرد، وترتبط بشئ غير واضح، قد يكون له وجود وقد لا يكون، وهذه الحالة تسبب له الكثير من الضيق والحزن والألم دون مبرر واضح. (صمويل حبيب، ١٩٩٤م، ٩)

وعرفته (حنان عبدالحميد العناني، ٢٠٠٠م، ١١٢) بأنه: إشارة إنذار نحو كارثة توشك أن تحدث بالفعل، وشعور بالضياع في موقف ضاغط شديد الدافعية، مع حالة شديدة من التشتت والعجز عن الوصول إلى حل مثمر. أورد في (غالب بن محمد المشيخي، ٢٠٠٩، ١٦)

أما "عبدالستار إبراهيم" فقد عرف القلق بأنه: انفعال يتسم بالخوف والتوجس من أشياء مرتقبة تنطوي على تهديد حقيقي أو مجهول، ويكون من المقبول أحياناً أن نقلق للتحفز النشط ومواجهة الخطر، ولكن كثيراً من المواقف المثيرة للقلق لا يكون فيها الخطر حقيقياً بل متوهماً ومجهول المصدر. (عبدالستار إبراهيم، ٢٠٠٢م، ٣٤)

وعرفته "زينب محمود شقير" بأنه: حاله من عدم الارتياح النفسي والجسمي، ويتميز بخوف وشعور بانعدام الأمن وتوقع حدوث كارثة، وقد يصل القلق لحد مشاعر الذعر والهلع ويصاحبه بعض الأعراض النفس – جسمية. (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥م، ٣)

كما عرف "مسرمان" (Messerman) القلق بأنه: حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد التكيف ومعنى ذلك أن القلق ما هو إلا مظهر للعمليات الانفعالية المتداخلة التي تحدث خلال الإحباط والصراع. أورد في (بكار سارة، ٢٠١٣م، ٥٥)

في حين عرف عبد الرقيب البحيري القلق كحالة بأنه: عبارة عن حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الإنسان عندما يدرك تهديدًا في الموقف، فينشط جهازه العصبي اللاإرادي وتتوتر عضلاته ويستعد لمواجهة التهديد وتزول حالة القلق عادة بزوال التهديد. (عبد الرقيب أحمد البحيري، ٢٠١٥م، ٥٨)

ومن التعريفات السابقة يتضح كون الخوف المبالغ فيه وانعدام أو انخفاض الشعور بالأمن كل هذا قد يؤدي بصاحبه إلى حالة من الخوف الدائم وغير المبرر له من الناحية الموضوعية، وخاصة فيما يتعلق بالخوف من المستقبل أو الخوف من المجهول في ظل أوضاع اقتصادية واجتماعية متردية، هذا الخوف وهذا القلق حال عدم اعاقته لمسيرة حياة الفرد وتطلعاته وتحقيقه لأهدافه فلا يمثل قلقاً مرضياً على خلاف إذا ما زاد عن الحد الطبيعي وأصبح عقبة أمام الفرد وتحقيقه لأماله وطموحاته، وأدى إلى فقده لثقته في ذاته وقدراته أصبح قلقاً مرضياً أو ما يطلق عليه القلق غير السوي وهو ما نحن بصدد دراسته.

٢- أنواع القلق:

عندما يتم الحديث عن القلق هنا فإنما يكون عن القلق غير السوي، والذي يظهر عندما تصبح مشاعر الخوف والقلق شيئاً دائماً في حياة الإنسان اليومية وتزداد حدتها إلى درجة التأثير سلبياً على قدرة الإنسان على القيام بوظائفه الحياتية بصورة طبيعية وبالكفاءة المعتادة، على خلاف القلق العادي والذي يظهر عادة كرد فعل لموقف ما حدث فعلاً أو على وشك الحدوث شريطة واقعية الخطر، فذلك يعتبر شيئاً طبيعياً في حياة الإنسان اليومية، فهو صمام الأمان الذي يقوم بتحذيره من وجود خطر ما يهدده فيعمل على تجنبه من خلال ردود فعل معينة مرتبطة بسلسلة من التغييرات الفسيولوجية الداخلية والتي من شأنها مساعدة الإنسان على التعامل مع موقف الخطر الوشيك سواء بالهرب من الموقف أو مواجهة الموقف.

والقلق المرضي مهما كانت مصادره هو علامة العصاب، على خلاف القلق العادى والمألوف لدى الناس والمسمى بالقلق السوي، الذي يخبره الناس في الأحوال الطبيعية كرد فعل طبيعي لما قد يواجهونه من ضغط او خطر. (الازرق بن علو، ٢٠٠٢م، ١٠٩)، (دايفيد شيهان، ١٩٨٨م، ١٩)

وقد شاعت بين الباحثين تصنيفات وتقسيمات عدة للقلق، إذ يرى فرويد (Freud) القلق نوعاً من الخوف، ولكنه غامض وغير محدد، ويرى أن مصدره قد يكون العالم الخارجي أو تعبيراً عن غضب الأنا الأعلى أو عقابة، وعليه فقد قسم القلق لثلاثة أنواع هي:

- **القلق الموضوعي: Objective Anxiety**
- **القلق العصابي: Neurotic Anxiety**
- **القلق الخلقي: Moral Anxiety.** (روبرت هاندي ومارسا ديفي، ٢٠١٢م، ٢٣-٢٤)

وأشار (دايفيد، ١٩٩٩م، ٤) إلى أن القلق ينقسم إلى أربعة أنواع هي القلق العام، وفيه يقلق الفرد بشان العديد من الأمور كالمال أو الصحة أو العلاقات أو الأمان أو الآداء والاضطرابات الناشئة عن هذا النوع إنما تتسم بملازمتها واستمرارها مع المريض، فينتقل المريض فيها من قلق إلى أخر، ويرى أن حوالى (٧%) من البشر يعانون من هذا النوع، والقلق المزمن وفيه يعاني المريض من مشاكل ذات صلة بأحد اضطرابات القلق الآخرى أو الاكتئاب، وإذا تم علاج المريض من هذا النوع من القلق، فمن المفترض أن تنخفض الاضطرابات ذات الصلة بالقلق والاكتئاب بشكل كبير، والقلق الاجتماعي وفيه يقلق المريض من أمور تتعلق بعلاقاته مع الآخرين، فهو يقلق من أن ينظر إليه الآخرون بالضعف والخجل وعدم القدرة على الحديث على الملا، بل يقلق أيضاً من أن يراه الآخرون قلقاً، وقلق الموت وفيه يشعر المريض بالقلق من الإصابة بالأذى أو الموت إلى جانب أنواع أخرى من القلق. (روبرت أل. ليهي، ٢٠١٠م، ١٣-١٥)

وأشار آخرون إلى تقسيم أخر للقلق الأول داخلي المنشأ (Endogenous)، أي يكون منشأه المريض ذاته، وهو مرض يبدو ضحاياه وقد ولدوا باستعداد وراثي، ويبدأ عادة بنوبات من القلق تظهر لدى المصابين فجاة، دون إنذار مسبق أو دون سبب واضح، إلى جانب ظهور بعض الأعراض الجسمية والفسيولوجية الآخرى كزيادة في دقات القلب أو الشعور بالدوار أو الاختناق، إن هذا القلق مصدره من داخل الفرد ذاته، أما النوع الثاني فيطلق عليه قلق خارجي المنشأ (Exogenous or Provoked)، وفيه يكون مصدر القلق من خارج الفرد أي البيئة المحيطة، حيث يتعرض حينها الفرد لأحد الضغوط الخارجية أو الخطر، كأن يتعرض الفرد للهجوم من قبل شئ ما، أو يقع تحت ضغط موقف مشكل لا يستطيع تحمله. (دايفيد شيهان، ١٩٨٨م، ١٩-٢١)

وبنظرة مشابهة قسم "محمد الصيرفي" القلق لنوعين، الأول القلق الموضوعي الذي هو إستجابة واقعية للخطر المدرك والناجم عن البيئة المحيطة ويوازي هذا المفهوم للقلق مفهوم الخوف. والنوع الثاني القلق العصابي، والناجم عن صراع لا شعوري داخل الفرد ذاته، ولا يكون الفرد عادة مدركاً لأسبابة. (محمد الصيرفي، ٢٠٠٨م، ١٦٨)

أما الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع المراجع (DSM-IV-TR) والصادر عام (٢٠٠٠م) عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي فقد صنفت اضطرابات القلق على النحو التالي:

- اضطراب الهلع Trouble panique
- المخاوف المحددة Phobies spécifique
- الخوف من الأماكن الواسعة Agoraphobie
- المخاوف الاجتماعية Phobie sociale
- اضطراب الوسواس القهري Trouble obsessionnel compulsive
- اضطراب الضغوط التالية للصدمة stress post – traumatique
- اضطراب الإنعصاب الحاد stress aigu
- اضطراب القلق العام anxiété généralisée
- اضطراب القلق نتيجة لحالة طبية Trouble anxieux dû à une affection médicale
- اضطراب القلق الناتج عن تعاطي مواد ما Trouble anxieux induit par une substance
- اضطراب القلق غير المصنف Trouble anxieux non spécifié. أورد في (حسين ذهبية، ٢٠١٢م، ٧٩)

وبالنظر في مختلف الأدبيات التي تعرضتت للقلق نجد أن هناك بصفة عامة نوعان للقلق الأول القلق العادي الموضوعي، والثاني هو القلق المرضي أو العصابي وقد تم تناولهما سابقاً، إلى جانب أنواع أخرى من القلق ذكرت تحت مسميات مختلفة، كالقلق العادي المؤقت، القلق المزمن، والقلق الأخلاقي والذي ينتج عندما يرتكب الإنسان فعلاً مخالفاً للضمير أو مخالفاً لأخلاق المجتمع

الذي يعيش فيه أو يفكر في إرتكابها، وكل هذه الأنواع تقع تحت التقسيم الرئيسي للقلق بصنفيه الموضوعي والمرضي. (الازرق بن علو، ٢٠٠٢م، ٨٨-٨٩)

ويتفق الباحث أنه مهما إختلفت المسميات والتقسيمات فإن القلق عادة ما يكون نوع من اثنين إما قلق سوي وهو ذلك القلق العادي الذي ينتاب أي فرد بطريقة طبيعية كرد فعل خطر محدق يتهدده، أو موقف طارئ يتعرض له، فينشأ عن ذلك ردود أفعال فسيولوجية طبيعية تهدف إلى تجنب هذا الخطر، والنوع الثاني هو القلق المرضي أو القلق العصابي، أو القلق السلبي، وهو قلق غير عادي ينتاب المريض بطريقة متكررة الحدوث، ودون مبرر مقنع، وتجعله في حالة دائمة من التوتر والضيق والكدر، مما تجعله غير قادر على القيام بأدواره الاجتماعية سواء أكان هذا في محيط الأسرة أو خارجها، هذا الصنف الثاني من القلق إذا ما ارتبط بأفكار وتخيلات وتشويه إدراكي للذات ناتج عن خبرات محزنة لدى الفرد يتبعها توقعات سلبية تجاه المستقبل سمي هذا النوع من القلق قلق المستقبل.

ب- قلق المستقبل Future Anxiety

لعل التغير والتطور السريع الذي يتسم به هذا العصر كنتيجة طبيعية للتطور التكنولوجي والمعلوماتي الحالي، وما تمر به المجتمعات البشرية من تغير نتيجة لهذه الحداثة، كل ذلك قد يستثير قلق المستقبل لدى الأفراد، والذي يظهر في حالات التوجس والخوف والتوتر مما تخفيه الأيام المقبلة، الأمر الذي يدعو الأفراد إلى إعادة النظر بخططهم وأهدافهم الحياتية بما يتفق وظروف هذه التغيرات، فيضعون أمالهم وأحلامهم بالوضع الذي تتفق فية وقدراتهم وإمكاناتهم وأوضاعهم المستقبلية التي يرغبون في تحقيقها، وأوضاع مجتمعهم المختلفة إقتصادية كانت أو اجتماعية.

ويرى "زاليسكي" (Zaleski, 1996, 165) أن هناك فرق بين القلق العام وقلق المستقبل، فالأول يعبر عن شعور عام ومبالغ فيه من الخوف والتهديد تجاة أمر ما، والثاني حالة من الإنشغال والترقب وعدم الراحة والخوف بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعداً، فالإنسان عندما ينظر للمستقبل فهو يخشى العديد من الأحداث التي قد يتعرض لها في المستقبل فتعيق تقدمه وتعوق توافقه، ويكون ذلك في الغالب مرتبط بأفكار وخبرات سلبية تتمركز في تفكير الفرد وخيالاته، ويرى أن جميع أنواع القلق المعروفة لها بعد مستقبلي، ولكن هذا البعد محدود وقاصر

على فترات زمنية محددة دقائق، ساعات، وعلى خلاف ذلك فأن قلق المستقبل يشير إلى المستقبل ممثلاً في مدة زمنية بعيدة المدى. ومع وجود هذا الفرق بين القلق وقلق المستقبل كما يراه "زاليسكي" (Zaleski, 1996) فلا يمكن إغفال كون قلق المستقبل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة على حياة الفرد، والتي تعني الخوف من مجهول ناجم عن خبرات ماضية وحاضرة أيضاً يعيشها الفرد فتجعله لا يشعر بالأمن والإستقرار والتوافق مع البيئة المحيطة، مما تشعره بشيء من اليأس والتشاؤم مما يؤدي فيما بعد إلي حدوث اضطرابات حقيقية كالاكتئاب وغيره، وقد يحدث أيضاً نتيجة أفكار خاطئة لا عقلانية تجعله يفسر المواقف من حوله بطريقة يغلب عليها التشاؤم المعتمدة على خبرات قديمة سلبية، وعدم إدراك سليم للموقف ناتج عن إنتقاص للذات وعدم الإيمان بقدراته في مواجة الموقف المشكل. أورد في (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥م، ٤)

١ - مفهوم قلق المستقبل:

قلق المستقبل اصطلاحاً: يظهر قلق المستقبل كسمة نفسية بارزة تظهر وقت تعرض الفرد لمجموعة من المتغيرات تعبر عن شعور سائد بعدم الوثوق بالمستقبل.

كما يعرف قلق المستقبل بأنه خلل أو اضطراب نفسي المنشأ، ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات ودحض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية، وقلق الموت واليأس. (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥م، ٥)

ويمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحي المعرفي على أنه إطار لمختلف العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية، ذلك أن القلق يرافق تخيلات وأفكار الفرد السلبية والتي تتعلق بموضوعات مهددة لمستقبل الفرد، بناءاً على ما يتوافر في الواقع من معطيات وعلى نوعية التصورات الشخصية، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين المواقف المستقبلية بكونها خطرة، لأن لديهم تصورات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر لهذه المواقف وعن مقدرتهم المنخفضة للتعامل مع الخطر بشكل فاعل فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز أفكاراً

تلقائية سلبية عن الخطر تعكس مواضيع أو كوارث جسدية أو اجتماعية أو نفسية بصورة مباشرة أو غير مباشرة (ناهد شريف سعود، ٢٠٠٥م، ٥٢)، وترى أيضاً أن قلق المستقبل جزء من القلق العام المعمم علي المستقبل، يمتلك جذوره في الواقع الراهن ويتمثل في مجموعة من البنى المعرفية الخاطئة كالتشاؤم أو إدراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة وفقدان السيطرة علي الحاضر وعدم التأكد من المستقبل ولا يتضح إلا ضمن إطار فهمنا للقلق العام (ناهد شريف سعود، ٢٠٠٥م، ٦٣). أورد في (وفاء محمد القاضي، ٢٠٠٩م، ٢٩)

ويعرفه أيضاً "غالب بن محمد المشيخي" بأنه الشعور بعدم الإرتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة وعدم القدرة على مواجهة الضغوط والأحداث الحياتية وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس. (غالب بن محمد المشيخي، ٢٠٠٩م، ١٢)

ويعرفه "علي بن خليل القبيسي" بأنه طغيان المشاعر السلبية تجاه المستقبل، أو النظرة السلبية للحياة وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس (علي بن خليل القبيسي، ٢٠١٠م، ٥٠)، ويرى "أحمد جبر" أن قلق المستقبل حالة انفعالية نحو المستقبل تتسم بالتوتر وتوقع الشر والخوف من حدة المشاكل الحياتية المتوقعة سواء كانت اقتصادية أم اجتماعية أم سياسية، وقد يصاحب هذه الحالة العديد من الاضطرابات التي قد تؤثر سلباً علي سلوك الفرد (أحمد محمود جبر، ٢٠١٢م، ٧). أورد في (غالب رضوان مقداد ، ٢٠١٥م، ٣٤)

أما "محمد بن علي معشي" فيعرفه بأنه حالة من عدم السواء يتعرض لها الأفراد بدرجات متفاوتة مصحوبة بخوف وتوتر وإرتباك وعدم ارتياح نحو موضوعات حالية أو مستقبلية تؤثر على الحالة المزاجية للفرد وفي حال استمراريتها ؤدي إلى اضطرابات سلوكية أكثر عمقاً وخطورة. (محمد بن علي معشي، ٢٠١٢م، ٢٨٤)

في ضوء ما تم عرضه من تعريفات متعددة لقلق المستقبل، فإن الباحث يرى أن قلق المستقبل عبارة عن حالة انفعالية مزعجة وغير سارة تنتاب الفرد، وترتبط بالشعور بالتهديد والخوف مما سوف يحدث في المستقبل، مما يجعله يعيش حالة من عدم الاستقرار، على إثرها تتولد لدى الفرد مجموعة من الأفكار الخاطئة والغير واقعية والتي قد ترتبط بخبرات سلبية سابقة مرت عليه، أو يمهد الوضع الراهن لحدوثها في المستقبل، ويتضح تأثيرها السلبي على الذات، فيفقد الفرد

الضبط والسيطرة على مشاعره وأفكاره الواقعية وتدفعه إلى توقع ما هو سيء حدوثه مستقبلاً، وهو ما يحدث لدى طلاب الجامعة حينما ينظرون لواقعهم الحالي وما يسودة من تدهور إقتصادي، وانخفاض فرص العمل، وصعوبة الحصول على فرصة عمل تتناسب وقدراتهم ومؤهلاتهم حال تخرجهم، مما يسود لديهم حالة من التوتر والضيق والانزعاج والخوف من المستقبل، مما يؤدي بهم إلى عدم الثقة بذاتهم ولا بقدراتهم، وفي هذه الدراسة تبنى الباحث نفس رؤية (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥م، ٥)، في تعريفها وعرضها لمفهوم قلق المستقبل في كون قلق المستقبل نأشئ من استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، وتضخيم السلبيات وعدم الإيمان بالإيجابيات، مما يؤدي بهم إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير فيه، وشيوع حالة من عدم الأمن واليأس وعدم الإيمان بذواتهم ولا بقدراتهم في تحقيق ما يطمحون إليه.

٢- بنية قلق المستقبل:

في ضوء الدراسات المتعلقة بمفاهيم القلق وآراء معظم باحثي علم النفس والصحة النفسية، والذين يرون أنه لا يمكن عزل مفهوم قلق المستقبل عن مفهوم القلق العام، فعنصر المستقبل ذا أهمية كبيرة في كافة مفاهيم القلق المتنوعة ويظهر بوضوح في كل مركبات القلق. والقلق بصورة عامة يعبر عن حمل الأفراد عبئاً ذهنياً ومعنوياً وجسدياً أيضاً من أي حادث يأتي غير مهيئين له، أو يمتلكون خبرات سلبية عنه، ولكن تم إفتراض أن قلق المستقبل كمفهوم له خصوصيته ككل أنماط القلق الآخرى فقط من أجل البحث والدراسة، ذلك أن هذه الخصوصية لا تعني الاستقلالية التامة لكل هذه الأنماط، ويمكن عزل المستقبل نسبياً إنطلاقاً من فكرة هذه الخصوصية النسبية، كالقلق بشأن المسائل الشخصية والاجتماعية والإقتصادية والسياسية والعسكرية الخ، ولا يوجد قلق مستقبل يمكن تناوله بعيداً عن الواقع الذي قد يكون سبباً فيه، فهو مفهوم بذاته يعبر عن (الآتي الذي في طور التوقع) وهذا التوقع يتجلى عملياً بأشكال متعددة مثل الحرب، إرتفاع الأسعار، هبوط العملة، سوء الحالة الاقتصادية والاجتماعية، انخفاض فرص العمل، إحتمالات الموت، فالمستقبل يتضمن التوقع والحالة غير المنظورة القادمة وربما غير القادمة (أي التي في طور الإحتمال) لأنه يرتبط بقضايا لم تحدث بعد، فهو بهذا الشكل نوعاً من القلق العام يعكس نفسه على مجموعة من القضايا يخشى الأشخاص حدوثها في المستقبل ولا يمكن الحديث عنه كمفهوم مستقل فهو مفهوم إفتراضي له تجسداته الواقعية.

ويمكن الحديث عن قلق المستقبل وبنيته عبر مقوماته التي تنشأ من العلاقة الجدلية التي تربط كل من (الماضي، الحاضر، المستقبل) فقلق المستقبل بناء فرضي لكن له كيانه باتجاه التحقق عند إمتلاكه مقومات واقعية ليصبح مشروعاً واقعياً له إستقلاليته النسبية، فعلى الرغم من العلاقات التي تربط الحاضر والمستقبل، فإن المستقبل يختلف عنه الحاضر بمقوماته ومكوناته المختلفة وآلياته التي يتحقق عبرها، ويمكن أن يقرأ هذا المستقبل من خلال العلاقة بين المجالات الثلاثة التالية:

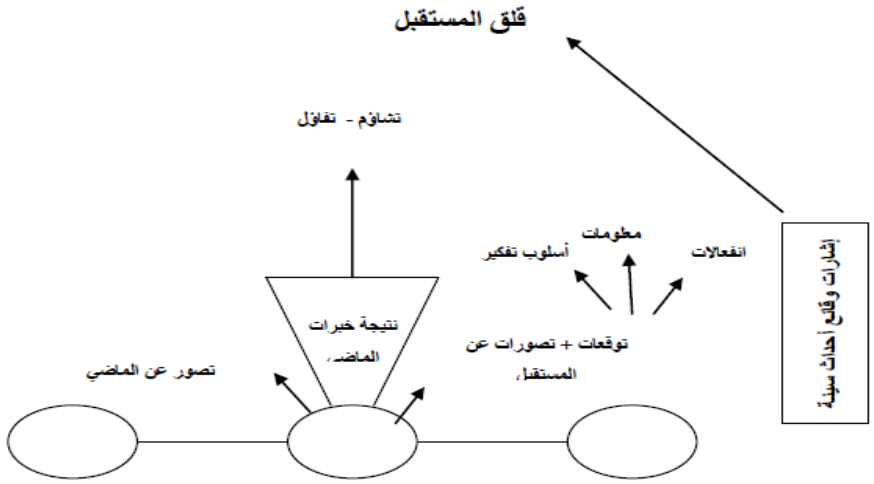
- **خبرات الماضي وذكرياته المخزنة في الذاكرة بعيدة المدى**، والتي قد ترجع للطفولة المبكرة، والمحتفظ بها في بنى التقييم الانفعالية والكيفية التي يتم بها إدراك هذا الماضي تعد ذات تأثير فاعل ومؤثر على تصرفات الأشخاص وعلى المشاعر الراهنة.

- **قراءة الواقع الراهن بصورة محايدة وواقعية بعيداً عن الخيال**، تمكن الفرد من إمتلاك جوانب وأفكار إيجابية من أجل بناء توجهات صادقة وواعية نحو المستقبل، أو قراءة سلبية تعمل كمؤشرات مثيرة للقلق والشك مع تأثيرات تصور الماضي متمثلةً في خبراته السابقة، مما يؤدي إلى الإحساس بعدم ضبط الواقع (كمورد قوة يستخدمه الأفراد كمحفز للإنجاز وتحسين الآداء) والعجز عن تغيير هذا الواقع الذي يساهم في حدوث التشاؤم وفقدان الأمل.

- **التوقع**، والذي يقابل مجال المستقبل والذي يتم فيه بناء الفرد لنموذج من التوقعات الحياتية المستقبلية السلبية التشاؤمية والمتعلقة بالحياة الشخصية له انطلاقاً من الحاضر الذي يعيشه، وما يمتكله الفرد من معلومات (إما خاطئة أو صحيحة) عن الموضوع أو الموقف المقلق، وأسلوب تفكير الفرد كونه (إما تفاؤلي أو تشاؤمي) والتي قد تعد إشارات لوقائع وأحداث سيئة. وكلما كانت هذه التصورات بعيدة عن الواقعية وأكثر خيالية زادت من مستوى قلق المستقبل لدى الفرد، وما ترافقه من حالات نفسية سلبية للفرد.

ويمكن وضع تلخيص للنظرة السابقة لمفهوم قلق المستقبل من خلال النظر للمخطط التالي الذي يرى أن الحاضر يعد نتيجة طبيعية لخبرات الماضي السلبية منها والإيجابية، وفي الحاضر يكون لدى الفرد تصورين، أحدهما عن الماضي وأخر عن المستقبل، حيث تأتي تصورات المستقبل من معلوماتنا وأساليب تفكيرنا بالإضافة إلى خبراتنا السابقة الماضية السلبية منها والإيجابية والتي ترجع جذورها للطفولة المبكرة، والتي تساهم في تحديد نوعية توقعاتنا تجاه المستقبل بالشراكة مع

السمات الشخصية للفرد كما هو موضح بالشكل (١١). (ناهد شريف سعود وآخرون، ٢٠١٤م، ٢٤٩-٢٥٠)



الشكل (١١) رسماً توضحياً لمخطط نظري لمفهوم قلق المستقبل (ناهد شريف سعود وآخرون، ٢٠١١م، ١٢٩).

مما سبق يتضح كون قلق المستقبل له سمة تميزه عن بقية أنواع القلق، وهي أنه يرتبط بحال الفرد في المستقبل، وليس في الماضي أو الحاضر، بالرغم من أن مسبباته قد تنشأ من الماضي والحاضر معاً، فالخبرات السابقة والوقائع الحالية لدى الفرد عن شئ ما، إنما تعد مؤشرات لاعتناقه لأفكار أكثر تشاؤمية نحو المستقبل إذا ما كان التقييم الانفعالي والكيفية التي يتم بها إدراكها من قبل الفرد تتسم بالخطأ والعجز عن تحقيق الأهداف التي يريدها، فتتملكه أفكاراً سلبية وتوجهات غير صادقة نحو المستقبل، وتبدو عليه مشاعر الخوف والقلق من المستقبل، يتبعها مشاعر التوتر والاضطراب وعدم الاستقرار.

٣- أسباب قلق المستقبل:

وضع (أحمد محمد حسانين، ٢٠٠٠م، ١٩) أسباباً لقلق المستقبل تنحصر في:

- الإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل.
- تقليل فعالية الفرد في التعامل مع الأحداث، عن طريق فقد الثقة في ذاته، والنظر إليها بطريقة سلبية.
- عدم القدرة على التكيف مع المشكلات والمواقف التي تواجه الفرد، والشعور بعدم الأمان.
- عدم الشعور بالإنتماء للأسرة أو المجتمع. أورد في (غالب بن محمد المشيخي، ٢٠٠٩م، ٥١)

وأضافت (نجلاء محمد العجمي، ٢٠٠٤م، ٩٨) أسباب أخرى لقلق المستقبل تمثلت في:

- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات كنتيجة طبيعية لضعف الثقة في الذات.

- الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام أو بالعيش.

- عدم قدرته علي فصل أمانيه عن التوقعات المبنية علي الواقع.

- نقص القدرة على التكهن بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لديه لبناء الأفكار عن المستقبل وكذلك تشوه الأفكار الحالية.

- الشعور بعدم الأمان والإحساس الداخلي بالتمزق.

- عدم قدرة الوالدين أو القائمين على رعايته على حل مشكلاته وتوفير إحتياجاته. أورد في (وفاء محمد القاضي، ٢٠٠٩م، ٣٠-٣١)

ويمكن للباحث تلخيص لأهم الأسباب المؤدية إلى قلق المستقبل في التالي:

- تعد ضغوط الحياة من أهم العوامل المسببة لقلق المستقبل في ظل مجموعة التغيرات السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي تمر بها البلاد حالياً بعد ثورتين بما لهما وما عليهما ولكنهما أنهكا الاقتصاد الوطني ورفعوا من مستويات القلق نحو المستقبل خاصة لفئة الشباب.

- الشعور بالتوتر والتشاؤم والكدر وتوقع الأمور السلبية تجاه المستقبل وذلك كنتيجة للأفكار اللاعقلانية والخاطئة، والمبناة على خبرات معرفية وإدراكية سلبية سواء أكانت تلك الخبرات من الماضي راسخة منذ الطفولة، أو من الحاضر.

- ضعف الثقة بالنفس وإنتقاص الذات وعدم الإيمان بقدرات الفرد وإمكاناته في تجاوز المشكلات والعقبات التي قد تواجه، مما يؤدي إلى عدم القدرة على التكيف مع الذات ولا مع البيئة المحيطة من أسرة ومجتمع.

- الشعور بعدم الأمان والخوف المبهم تجاه ما يحمله المستقبل من تعقيدات.

- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع.

- عدم قبول الواقع المعاش، ورفضه والشعور بالاغتراب والانطواء.

- سوء المعاملة الوالديه سواء إكانت بالتدليل أو القسوة.

- عدم القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات في ظل عدم الايمان بالنفس وقدراتها.

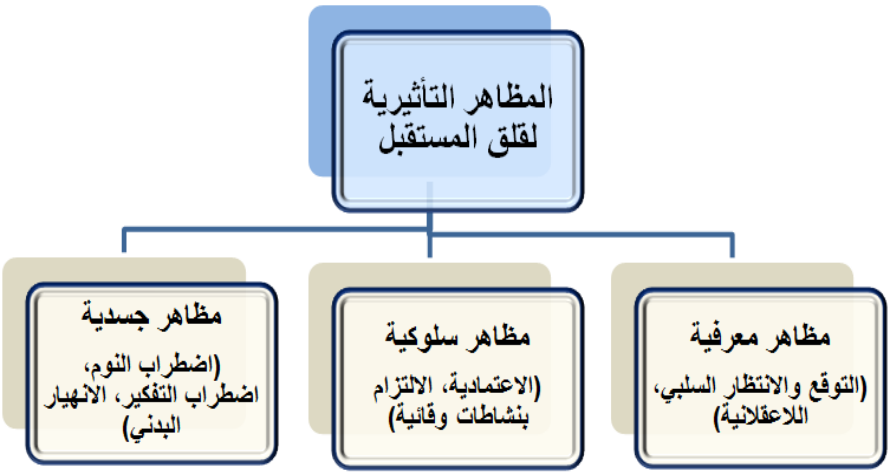
- سوء الأحوال الاقتصادية والسياسية وتوترها.

- عدم الإعداد المهني الجيد من قبل الجامعات لطلابها والناتج عن عدم مطابقة ما يقدم من معلومات ومهارات والمهن المتاحة والواقع المعاش.

- لا يمكن إغفال أهمية العامل الوراثي والتي أشارت إليه العديد من الدراسات.

٤ ـ المظاهر التأثيرية لقلق المستقبل:

لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر أساسية هي المظاهر المعرفية، السلوكية، والجسدية والموضحة بالشكل (١٢).



الشكل (١٢) المظاهر التأثيرية لقلق المستقبل.

مظاهر معرفية:

هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار الخاطئة التي تدور داخل ذات الفرد وتفكيره، وتكون متذبذبة لتجعل منه شخص دائم التشائم من الحياة، معتقداً قرب أجله، وأن الحياة أصبحت نهايتها قريبة، أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية أو العقلية أو النفسية.

مظاهر سلوكية:

مظاهر نابعة من أعماق الفرد، وتأخذ أشكالاً مختلفة في سلوكيات الفرد، منها تجنب المواقف المحرجة والمثيره للقلق.

مظاهر جسدية:

وهي مجموعة من ردود الأفعال البيولوجية والفسيولوجية للموقف المقلق مستقبلاً مثل ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، ارتفاع ضغط الدم، إغماء، توتر عضلي، وعسر الهضم، فالقلق لايجعل الفرد يفقد اتصاله بالواقع بل عادة ما يمارس أنشطته اليومية، مدركاً عدم منطقية تصرفاته، أما في الحالات الحادة فأن الفرد يقضي معظم وقته للتغلب على مخاوفه ولكن دون فائدة. (صالح حسن الداهري، ٢٠٠٥م، ٣٢٧-٣٢٨)

وترى (ناهد شريف سعود، ٢٠٠٥م، ٧٠) أن القيمة النظرية والتطبيقية لدراسة قلق المستقبل تزداد إذا تم النظر إلى تأثيراته المتعلقة بالمعرفة أو الموقف أو السلوك، وإن كان الواقع يقول أن الدراسات التي تناولت القضايا السلوكية التي يمكن وصفها كأفعال حقيقية يدركها الفرد ويقررها عن نفسه كنتيجة لقلقه حول المستقبل قليلة جداً، وعادة ما تكون دراسات ارتباطية فقط، نظراً لصعوبات البحث فيها، ذلك أن قلق المستقبل يشكل بنية معرفية معقدة للدرجة التي يصعب معها معرفة السلوكيات الناتجة عنه، إضافة إلى ذلك قد نجد أن بعض هذه المظاهر السلوكية الناتجة عن قلق المستقبل تظهر بوضوح لدى بعض فئات المجتمع ولا تظهر عند فئات أخرى. أورد في (حسين ذهبية، ٢٠١٢م، ١٢٨)

ويشير "زالسكي" (Zaleski) إلى أن هناك إفتراضان بشأن مظاهر قلق المستقبل وتأثيره في المعرفة والمواقف والسلوك، فهي إما أن تخفض مباشرة من مستوى قلق المستقبل كحالة غير سارة، وإما أن تتدخل والبيئة المحيطة بالفرد مغيرة إياها على نحو تجعل الظروف المستقبلية مواتية لما نتوقعه لها في الوقت الحاضر، إذ يأخذ الأشخاص احتياطات وقائية ذاتية دون انتظار لحدوث القلق كي يدفعهم للقيام بفعل ما تجاهه، وهكذا يمكن للفعل المسبق من قبل الأفراد تجاه الأمر المقلق أن يحذف كل من القلق وعواقبه السلبية، وعلى نحو أكثر نوعية يقول "زالسكي" (Zaleski) يمكن لقلق المستقبل أن يؤدي إلى إضعاف التوقع الذاتي للنتائج الإيجابية لأفعال شخص ما، مما يؤدي إلى إنقاص احتمالات النجاح وإلى مزيد من الحذر المركز على الزمن الحاضر أو الهروب إلى الماضي المعلوم، والآليتان كلتاهما تحددان الحيز الزماني للشخص إما الماضي أو الإغراق في الحاضر ولا يكون الشخص البتة متوجها نحو المستقبل. (حسين ذهبية، ٢٠١٢م، ١٢٨-١٢٩)

أما على المستوى السلوكي والانفعالي فيمكن لقلق المستقبل أن يؤدي إلى مجموعة من المظاهر تتضح من خلال الاطلاع على الأدبيات المختلفة التي تعرضتت لقلق المستقبل ومنها على سبيل المثال دراسة "مولين" (Molin,1990)، دراسة (سلوى عبدالباقي، ١٩٩٣م)، دراسة (محمد عبدالتواب، ١٩٩٦م)، "زبيجينو زاليسكي" (Zaleski,1996)، ودراسة (أحمد حسانين، ٢٠٠٠م)، يمكن حصر وتحديد تلك المظاهر فيما يلي:

- الانطواء، وظهور علامات الحزن والشك والريبة والتردد والبكاء لأسباب ليس لها أهمية، ولا تشكل مصدراً لذلك.

- الخوف من مختلف التغيرات السياسية والاقتصادية والاجتماعية والمتوقع حدوثها في المستقبل.

- التشاؤم، ذلك أنه دائماً ما يتوقع حدوث الشر بكافة صوره، وأن الأخطار تحيط به من كل جانب، فهو يعيش في حالة من إنعدام الأمان على صحته ومعيشته ومكانته.

- التصلب والتعنت في الرأي.

- دائماً ما يستغل علاقاته الاجتماعية في تأمين مستقبله الخاص، فهو غالباً ما يتسم بالاعتمادية والعجز واللاعقلانية، ولا يعتمد مطلقاً على قدراته وإمكاناته لإنعدام ثقته بنفسه.

- غالباً ما يحافظ على إتباع أساليب تقليدية مستهلكة مع مختلف مواقف الحياة لأنه يخاف المخاطرة بإتباع أساليب جديدة ومبتكرة.

- ينسحب من الأنشطة البناءة ذات الأهداف الحقيقية.

- ليس لديه القدرة على مواجهة المستقبل بكل مواقفه.

- لا يثق في نفسه ولا في الآخرين.

- غالباً ما يعبر عن خوفه بالرجوع إلى مرحلة نمو سابقة، كصورة من صور النكوص، والتثبيت، فنجد كباراً يعيشون لحظات الانفعال التي تعتري الصغار.

- يهرب من كل ما هو واقع، ويتسم بالكذب في أفعاله وأقواله. (عاطف مسعد الحسيني، ٢٠١١م، ٤٣-٤٤)

ويضيف (إبراهيم محمود إبراهيم، ٢٠٠٣م، ١٨)، مظهراً أخر حيث يفقد الإنسان الذي

يشعر بقلق المستقبل تماسكه ويصبح عرضة للإنهيار العقلي والبدني والنفسي أيضاً. أورد في (غالب بن محمد المشيخي، ٢٠٠٩م، ٦٩)

ومما سبق يرى الباحث أن المظاهر السابقة والتي تم سردها من مظاهر معرفية متمثلة في الأفكار والمعتقدات الخاطئة، والسلوكية المتمثلة في تجنب الفرد للمواقف المحرجة والمقلقة والخوف من المشاركة في أمور لا يعلم منتهاها، والجسدية والمتمثلة في جفاف الحلق وضيق التنفس وغيرها من المظاهر والأعراض، فكل هذه المظاهر تتواجد لدى الفرد الذي يعاني من قلق المستقبل وإن كانت بنسب متفاوته في الشدة وفي الاستمرار، ويرى الباحث أيضاً أنه يمكن إضافة مظهر أخر للثلاثة مظاهر السابقة وهو المظهر النفسي لقلق المستقبل والذي يظهر في الخوف والتشاؤم والانطواء والانسحاب من المشاركة في الأعمال الجماعية وغيرها من الأعراض.

٥ ـ مجالات قلق المستقبل:

ذكرت (ناهد شريف سعود، ٢٠١١م) مجموعة من المجالات التي يقلق منها شبابنا وتكون متعلقة بقضاياهم الشخصية من جهة ومرتبطة من جهة أخرى بقضايا أكثر عمومية واجتماعية وإقتصادية ونفسية وهي:

ـ **قلق المستقبل والمجال الاجتماعي:** ويشمل هذا المجال المخاوف المتعلقة بخشية الأفراد من الفشل في التكيف المجتمعي، وعدم القدرة على بناء علاقات ناجحة اجتماعياً مع الآخرين، في ظل ظروف متجددة متغيرة، مما قد يعرضهم إلى الاستبعاد والنبذ من قبل المجتمع المحيط.

ـ **قلق المستقبل ومجال العمل:** يسهم مجال العمل بشكل هام ورئيسي في حدوث قلق المستقبل نظراً لأهمية تأمين العمل في الإستقرار الشخصي والإقتصادي لدى الشباب، وخاصة من هم على أعتاب التخرج، فتزداد سمة القلق لديهم وينخفض مستوى التفاؤل والأمل عندما تقل فرص تأمين العمل أو تنعدم في ظل ظروف اجتماعية وإقتصادية وسياسية متردية.

ـ **قلق المستقبل والمجال الاقتصادي:** يرتبط قلق المستقبل بشكل كبير بالمجال الإقتصادي، ذلك أن إحساس الشباب بالعجز وعدم القدرة على مواجهة متطلبات الحياة الحالية والمستقبلية، في ظل إنخفاض الرواتب وزيادة كبيرة في الأسعار، ورؤية الفقر والبؤس والجوع منتشراً بين الأفراد، مما يؤدي إلى خلق حالة من عدم الإستقرار لدى الفرد والمجتمع.

- **قلق المستقبل والمجال الشخصي:** وفيه يشير إلى إعتقاد الشباب أن حياتهم في المستقبل ستصبح بلا معنى، وسوف يشعرون بالخوف والعزلة مستقبلاً لعدم قدرتهم على التكيف مع الذات ومع الآخرين، ما يزيد من احتمالية وجود مشكلات وأمراض نفسية متزايدة في المستقبل.

- **قلق المستقبل ومجال المجهول:** ويشير هذا المجال إلى القلق من أمور كثيرة لا يستطيع الشباب تحديد مصدرها أو ماهيتها، مما يؤدي للإعتقاد بشأن وقوع مفاجأت كارثية كثيرة، والتفكير بأمور سيئة محتملة الوقوع في المستقبل، مما يشعرهم بعدم الأمان والقلق والخوف من المجهول.

- **قلق المستقبل ومجال الزواج:** يواجه الشباب العديد من المشكلات حال تفكيرهم بأمور الزواج منها، إحتمال فشل العلاقة الزوجية مستقبلاً والتفكير بعدم التوافق والتكيف مع الشريك، وعدم القدرة على تنشئة الأولاد جيداً وتلبية طلباتهم وإحتياجاتهم الأساسية، والعزوف عن الزواج بسبب التكلفة المادية المرتفعة مستقبلاً وتأخر سن الزواج والخوف من عدم الزواج والبقاء تحت ظل العزلة مستقبلاً، كل هذه أمور تؤدي بالشباب للشعور بالانهزامية وفقدان الثقة بالذات وحب الانطواء والعزلة.

- **قلق المستقبل ومجال العلم:** لم يعد مجال العلم والمعرفة عاملاً هاماً في استقرار حياة الفرد على الرغم من قدرة المعلوماتية والتقدم التكنولوجي وإتساع آفاق المعرفة المتاحة أمام الشباب اليوم، بل أضحى موضع قلق ورهبة من المستقبل في ظل التغير والتطور السريع في كافة مناحي الحياة، وتفكير الشباب في كيفية حجز مقعد لهم في المستقبل والمنافسة الصعبة مع قلة الموارد المتاحة، مما يشعرهم باهمية الدراسة بشكل عام.

- **قلق المستقبل ومجال البيئة:** إن البيئة منظومة مكونات متفاعلة ومعقدة والإنسان يسهم في صنع بيئته وتشكيلها، فالبيئة هي الحياة بكل معانيها، فيها ينمو عقلياً وخلقياً ووجدانياً واجتماعياً وثقافياً، وهي الإطار الذي يعيش فيه الإنسان ويحصل فيه على مقومات الحياة ويمارس فيه علاقاته مع أقرانه من بني البشر.

- **قلق المستقبل ومجالات المرض والموت:** وتعد هذه المجالات نتيجة حتمية لتفاعلات المجالات الاقتصادية والاجتماعية والشخصية والبيئية لدى الفرد، فكلما ارتفع مستواها انخفض القلق من المستقبل والخوف من المرض والعكس. أورد في (إبراهيم سعد الطخيس، ٢٠١٤م، ١٩-٢٠)

ومما سبق يتضح مدى الارتباط بين مجالات قلق المستقبل والشباب، ويظهر ذلك بوضوح في المجال الاقتصادي وما يعانيه الشباب وخاصة طلاب الجامعة حينما ينهون مرحلة الدراسة ومحاولات الالتحاق بسوق العمل، مع تردي الحالة الاقتصادية التي تعاني منها البلاد، ويرتبط أيضاً قلق المستقبل لديهم بمجال العمل نظراً لحالة عدم الاستقرار التي تلم بهم حال عدم حصولهم على فرصة عمل مناسبة أو حال التحاقهم بأعمال تتسم بانخفاض رواتبهم بالقدر الذي يعوق تلبية احتياجاتهم، ويرتبط أيضاً بمجال الزواج وما ينتج عنه من مشكلات حينما يفكرون بأمور الزواج منها، إحتمال فشل العلاقة الزوجية مستقبلاً والتفكير أو عدم التوافق والتكيف مع الشريك أوعدم القدرة على تلبية الاحتياجات الأساسية للأسرة في ظل حالة انخفاض فرص العمل المناسبة وارتفاع في الأسعار، وأيضاً المجال الشخصي والاجتماعي والذي يتطلب من الشباب ضرورة التوافق مع ذاتهم ومع الآخرين، كل هذه المجالات تكاد ترتبط بشكل أو بأخر مع هذه الفئة خاصة، وتخلق لديها حالة من القلق المستمر من المستقبل.

٦ ـ قلق المستقبل وبعض المفاهيم المرتبطة به:

يتشابه قلق المستقبل في تأثيراته ونتائجه أو في الأسباب المؤدية لحدوثه مع بعض المفاهيم القريبة منه، ومنها الخوف من الفشل والتوجه للمستقبل والتشاؤم و(الأمل /اليأس) وسيتم في هذا الجزء التعرض لهذه العلاقة بشئ من التفصيل كما يلي:

الخوف من الفشل:

يوجد تشابه بين الخوف من الفشل وبين قلق المستقبل، ففي ظل الثورة العلمية الحالية والمنافسة الشديدة أصبح من الضروري للفرد أن يجد لنفسه مكاناً مميزاً داخل البنية الاجتماعية، وقد أشار "سيد محمود الطواب" إلى أن الفشل يؤدي إلى فقدان الفرد الثقة في ذاته وفي الآخرين، كما أن خبرات الفشل المتكررة تجعل طلاب الجامعات عرضة لقلق المستقبل، ويشعرون بعدم الاهتمام والأحجام بصفة عامة عن عمل أهداف واقعية لأنفهسم (سيد محمود الطواب، ١٩٨٦م، ٣٠٠). وقد أشار "بتشالتر" (Buchalter) إلى أن الأفراد الذين يعانون الخوف من الفشل يتصفون عادة بإنخفاض تقدير الذات والإحباط من عدم القدرة على العيش وفقاً للتوقعات التي وضعوها لأنفسهم والانسحاب والهروب والسلبية (Buchalter, 1992, 369). كما أن الأفراد الذين يعانون الخوف من الفشل ليس لديهم الدافعية للإنجاز، ويرون النجاح والتميز إنما يرجع إلى الحظ أو إلى

عوامل خارجية وليس على قدراتهم وطاقاتهم، أي أن مركز الضبط لديهم خارجي كما أنهم يشعرون بأنهم غير قادرين على التحكم في مستقبلهم، وبالتالي تنخفض همتهم وتقل دافعيتهم وتحبط رغبتهم بالعمل والنجاح، وهذا ما يخلق حالة من الانهزامية والعجز والميل إلى الرضا بالوضع الحالي دون تحسينه أو تطويره ومن ثم إنعدام الدافعية للإنجاز (Simons et al , 1999, 151 -162). أورد في (هبة مؤيد محمد، ٢٠٠٩م، ٣٣٥)

وكذلك فإن من يعاني قلقاً من المستقبل فإنه يعاني من أعراض تتشابه وأعراض الخوف من الفشل وهذا ما أشار إليه "رونالد مولين"، حيث يرى أن الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو شخص يتصف بالسلبية وعدم تقدير الذات، مما يزيد الحساسية لديه تجاه الآخرين، ومن ثم سهولة الإصطدام بهم، ويتصف بتعنت الرآي والتوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل من أحداث، وعدم القدرة على مواجهة المواقف المستقبلية، وبالتالي تظهر أعراض مثل الكذب والتصنع والانسحاب والهروب من كافة الأنشطة والمواقف اجتماعياً وثقافياً وعاطفياً (Molin,1990, 510-512). وهو نفس ما أكده "زاليسكي" (Zaleski) إذ يرى تشابهاً كبيراً بين قلق المستقبل والخوف من الفشل وذلك بالنسبة للسلوك التجنبي، إذ يرى أن الخوف من الفشل وقلق المستقبل قد يشتركان في تجنب الأفراد الحالات والمواقف التي تسبب الآلم، والخوف الزائد من الفشل يعود من وجهة نظره إلى مثيرات وظروف خارجية تحيط بالفرد، ويتوقع وجود علاقة سلبية بين قلق المستقبل وبين مركز الضبط الداخلي (Zaleski, 1996: 167-168). أورد في (هبة مؤيد محمد، ٢٠٠٩م، ٣٣٦)

ويتفق الباحث مع هذه النظرة التي تقارب بين الخوف من الفشل وقلق المستقبل، حيث أنهما يتشابهان في العديد من الأعراض منها عدم تقدير الذات والتجنب والبعد وكذلك الانسحاب من المواقف التي تتشابه مع مواقف الفشل السابقة، والتوقع السلبي للأحداث المقبلة، وأن مركز ووجهة الضبط لديهم خارجية وليست داخلية، ذلك أنهم يرون أن ما يحدث لهم مصدره الصدفة أو الآخرين وليس إلى قدراتهم وإمكاناتهم (وجهة الضبط الداخلية).

قلق المستقبل والتوجه للمستقبل:

يمكن القول أن التوجه للمستقبل هو التصور الذي يضعه الفرد لمستقبله، وما يظهر في تقاريرهم الذاتية ويتضمن ما يعتقده الفرد أنه ذو أهمية ومعنى لحياته، فيحاول تبنيه، ووضعه في

إطار مجموعة الأهداف المرجوة والتي يرغب في تحقيقها، ثم تبني خطط وخيارات وقرارات الهدف منها الوصول لتلك الأهداف، من خلال تنمية الدافعية لديه.(هبة مؤيد محمد، ٢٠٠٩م، ٣٣٦)

فهو إدراك موجب للمستقبل لدى الفرد، فهو رؤية المستقبل رؤية تتسم بالأمل والتفاؤل بالرغم مما قد يتضمنه الحاضر من أحداث وعقبات قد ينعدم على أساسها الشعور بالتفاؤل والأمل في الغد، ويبني خلالها الفرد الفرد أهدافاً وطموحات بطريقة تتفق وقدراته وإمكاناته وفق منهج مخطط ومحدد ، ويعد مفهوم التوجه للمستقبل مفهوماً شديد الارتباط بقلق المستقبل فهما على طرفي متصل، فبقدر ما يكون قلق المستقبل حافزاً على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه للمستقبل، وبقدر ما ينخفض مستوى التوجه للمستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه وخوفه تجاه هذا المستقبل، وإذا إعتبرنا ان إنخفاض مستوى التوجه للمستقبل قريب الشبه بقلق المستقبل، فقد توصل "إبراهيم محمود بدر" أن (٢٥.٨٠ %) من الشباب الجامعي المصري يعانون من إنخفاض مستوى التوجه للمستقبل وهذا يعني فقدان الأمل في المستقبل وعدم التفاؤل فيما يحمله الغد من أحداث، والمعاناة من بعض الأزمات والاضطرابات النفسية. حيث أشار "إريكسون" (Erik Erikson, 1968) أن حالة فقدان الأمل هذه تجعل الفرد لا يثق في المستقبل ولا في تحقيقه لإشباع حاجاته، مما يجعلة يوقف الزمن تجاه المستقبل (Frich,1995,278-279). (إبراهيم محمود بدر، ٢٠٠٣م، ٣٤، ٤٥، ٥٢)

وأشار "ماي" عام (1985) إلى أنه بدون توجه نحو المستقبل فإن الحياة ستكون دون معنى وتجعل الأفراد غير واثقين في أنفسهم، وبالتالي يصبحون شخصية قلقة في حين أن الشخصية الواثقة طبقاً لـ "هيدجر" (Heidegger) هي الشخصية القابلة لأن تضبط وتنظم أفعالها وخططها ومشاريعها المستقبلية. وقد ميز كاتل (Cattell) في دراسته عام (١٩٦٩م) بين القلقين وبين المنجزين (Achieved &Anxious) فالمنجزين أثناء تقييم إنجازاتهم يميلون إلى دمج خبرات الماضي والحاضر بالمستقبل، كما أن توجههم نحو المستقبل واضحاً، في حين أن القلقين لم يستطيعوا دمج الماضي والحاضر في المستقبل، ويرى "كاتل" (Cattell) أن المنجزين يجعلون من الزمن طاقة تمدهم بالنشاط والتحكم في سلوكهم بطريقة إيجابية، في حين أن القلقين يرون أن الزمن يتغلب عليهم فيبحثون عن طريق العودة للماضي لما هو مألوف لديهم وآمن، وهو الحاضر والإغراق فيه (Rappaport, 1991, 79). أورد في (هبة مؤيد محمد، ٢٠٠٩م، ٣٣٧)

ومما سبق يتضح كون الشباب الجامعي المصري بصفة عامة يعانون كثيراً من انخفاض التوجه للمستقبل، ذلك أنهم تسودهم حالة من عدم الأمن والتشاؤم تجاة الأحداث المقبلة، والخوف من عدم تحقيق أهدافهم وطموحاتهم، كل هذا يجعلهم قلقين على مستقبلهم بصورة كبيرة.

قلق المستقبل والتشاؤم:

يرتبط قلق المستقبل بالتشاؤم ارتباطاً إيجابياً، فكلما كان الفرد قلقاً من المستقبل كلما إرتفع مستوى التشاؤم نحو المستقبل وما سيحدث فيه، فالتشاؤم هو استعداد شخصي أو توجه لدى الفرد يجعله يدرك الأشياء من حوله بطريقة سلبية، ومن ثم يكون توجهه نحو ذاته ونحو حاضره ومستقبله سلبياً أيضاً، هذه النظرة السلبية الناتجة عن التشاؤم تؤثر سلباً في سلوك الإنسان وصحته النفسية والجسمية، فتجعله عرضة للأكتئاب واليأس وهبوط روحه المعنوية وتناقص دافعيته للعمل والإنجاز والإنتحار في بعض الأحيان. (أحمد محمد عبد الخالق وبدر محمد الانصاري، ١٩٩٥م، ١٣٤)

فالإنسان القلق من المستقبل هو إنسان يتصف دائماً بالتشاؤم والانطواء وظهور علامات الشك والتردد، والحساسية الشديدة للانفعال، وتعقيد الأمور وعدم الاستقرار، وتوقع سلبي دائم تجاه المستقبل، والخوف وعدم القدرة على مواجهته، وفي نفس الاتجاه وجد "كلوينسكي" (Chlewinski) ارتباطاً قوياً بين قلق المستقبل وبين التوقعات التشاؤمية، حيث وجد أن الأفراد الذين يتسمون بكثرة التوقعات التشاؤمية قد أظهروا تخوفاً من المستقبل يتعلق بالعمل وعدم القدرة على حل المشكلات وإنهيار القيم والاعتقاد بمسألة الحظ العاثر والوحدة والمرض والموت (Chlewinski, 1994, 55). فالتشاؤم إذاً هو ميل الأفراد لتوقع الأحداث المستقبلية بشكل سلبي (نجوى اليحفوفي، ٢٠٠٢م، ١٣٤). وفي نظرة مغايرة تجاه التشاؤم كما تم عرضه سابقاً، وجد من يدافع عن التشاؤم تجاه الأحداث المستقبلية، حيث يرى بعض المتشائمين أن التشاؤم هو تشاؤم دفاعي، كأن يشعر الأفراد بالتوقع السيء للأحداث المستقبلية ومن ثم يكونون مستعدين لمواجهة الأخطار في حال حدثت بالفعل، وبالتالي يتخذون التشاؤم منهجاً ومذهباً في سلوكهم بوجه عام، لأنه يضمن لهم الأمن من مستحدثات الأمور عن طريق التحسب لها، والتخطيط لمواجهتها (Sanna, 1998, 637). أورد في (هبة مؤيد محمد، ٢٠٠٩م، ٣٣٨)

ويرى الباحث أن التشاؤم أبداً لا يكون دافع لمواجهة الأخطار التي قد تحدث في المستقبل، ذلك أن التشاؤم يجعل الفرد دائم توقع الشر، وينظر إلى الحياة بنظرة أكثر سلبية، كل ذلك يؤثر سلباً على علاقاته الشخصية والاجتماعية، وعلى صحته النفسية والجسمية، فلا يستطيع تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، كل هذا يشير إلى درجة عالية من قلق المستقبل، وعليه يتفق الباحث مع رؤية "رونالد مولين" (Molin)، (Chlewinsk,1994)، و"كلوينسكي" (Chlewinski)، وآخرين، الذين يرون أنه قلق المستقبل يرتبط ارتباطاً موجباً بالتشاؤم.

٧- علاقة الماضي والحاضر والمستقبل بقلق المستقبل:

أكد "جون ماكهيل" (John MacHale) أن المستقبل جزء لا يتجزأ من مقومات الحالة الإنسانية، فعندما يفترض الإنسان المستقبل فإنه يحتمل حاضره ويجعل ماضيه ذا معنى، فالماضي والحاضر يتداخلان ويؤثران في توقع الأعمال والمواقف المستقبلية بل والتنبؤ بها أيضاً، ويتعلق المستقبل بكل ما هو آت بالنسبة للأفراد، وينظر إليه على أنه طاقات الحاضر ولكن مضاف إليها الإنسان. يفسر المستقبليون المستقبل من ناحية الماضي والحاضر اعتماداً على مبدأين اثنين هما مبدأ التواصل والاستمراية، وذلك حينما يؤكدون على أن المستقبل لا الماضي هو قلب الفعل الإنساني، وأن قيمة الماضي تكمن فقط في أنه يضيء الطريق نحو المستقبل من خلال مبدأ التواصل والاستمرارية، وبهذه الطريقة يكون المستقبل مثل الحاضر، فالوضع الذي يمكن أن يلاحظ اليوم سيبقى أو أنه سيواصل تغيره بنفس الطريقة. والمبدأ الآخر يدعى مبدأ القياس وهو مبني على ملاحظات الأفراد أن الأحداث تتكرر من وقت لأخر على مدار الزمن، وغالباً ما يظهر القلق من المستقبل نتيجة قراءة الحاضر على أنه عامل مهدد، إضافة إلى عامل الخوف من توقع أن يعيد المستقبل ما وقع من أحداث غير مرغوبة في الماضي (أحمد محمد حسانين، ٢٠٠٠م، ٢٤). للدرجة التي يمكن من خلالها التنبؤ بالمستقبل عن طريق مد اتجاهات الحاضر إلى المستقبل، ذلك أن إرهاصات المستقبل وملامحه بادية إلى حد كبير في مسيرته الحالية. (عبدالسلام السيد عبدالدايم، ١٩٩٥م، ٦٠)

أما الوجوديون فنظرتهم مختلفة عن المستقبليون، فهم يرون الحاضر بؤرة فعل الإنسان وتحركاته، لأن فيه تتخذ القرارات التي ستحدد المستقبل وتقرره، فالحاضر حد متحرك بين ما حدث في الماضي وما سيحدث في المستقبل، وهو الفترة الزمنية التي يعيشها الأشخاص ويفكرون فيها،

وفيه يختلط الماضي المباشر والمستقبل المباشر ويتداخلان تداخلاً تاماً، فتتصل ذكرياتهم الماضية برغباتهم الحالية بتصوراتهم المستقبلية للأهداف التي يرجون تحقيقها، وتتصل في نفس الوقت مفاهيم حول الأعمال التي يتم فعلها ومن ثم يجرى تقويمها وتعديلها. ومن هنا يمكن تعريف الحاضر على أنه الفترة الزمنية التي تتخذ فيها القرارات وتنجز فيها الأعمال (عبدالسلام السيد عبدالدايم، ١٩٩٥م، ٩٢). وبنفس الرؤية ترى (ناهد شريف سعود، ٢٠٠٥م، ٧٢) أنه يمكن معرفة ملامح قلق المستقبل من خلال مفهوم الحاضر، ذلك أن تحليلاً دقيقاً للحاضر يظهر أمرين اثنين: أولها أن هذا التحليل قد ينتج إشارات إلى أن بنية الحاضر تحتمل وجود عناصر قابلة للاستمرار وتتضمن دوافع لنشأة القلق المستقبلي، إضافة إلى أن كل تحليل أو قراءة للحاضر لابد من أن تفسح مجالاً لاحتمالات سلبية قد تنشأ لاحقاً وتشكل مصدراً للقلق.

استناداً إلى ما سبق يمكن القول أن مقومات المستقبل تنشأ من علاقة المستقبل ذاته مع الماضي والحاضر، ذلك أن قلق المستقبل قد ينشأ من الخبرات الماضية غير السارة ومن ظروف الحاضر الصعبة، حيث يتوقع الفرد من خلال مبدأ الاستمرارية والتواصل أن تستمر الأوضاع الحالية السلبية في المستقبل، كما يخاف أيضاً من أن يعيد المستقبل نفس أحداث الماضي الأليمة مستقبلاً مما يؤدي به إلى حالة من التوجس والترقب والخوف من كل ما يحمله الغد من أحداث. أورد في (حسين ذهبية ، ٢٠١٢م، ١١٤-١١٥)

ويتضح مما سبق العلاقة الوثيقة التي تربط الماضي بخبراته سلبية كانت أم إيجابية، بالحاضر وما يحمله من تحديات ومعوقات وقدرات وإمكانات يؤمن بها الفرد، وأنها قادرة على تخطي مثل هذه العقبات والتحديات، لإيمانه وثقته بذاته ونظرته الإيجابية نحو المستقبل، والمستخلصة من نتائج تجاربه ونجاحاته السابقة، فيجعل من حاضره منفذاً لتحقيق طموحاته في المستقبل في ظل مبدأ الاستمرارية والتواصل، هذا شأن الأفراد الذين لا يعانون قلقاً مستقبلياً، أما هؤلاء الذين يرون في خبراتهم السلبية في الماضي عائقاً تجاه المواقف الحالية، في ظل الأوضاع الحاضرة الصعبة، بما يخلق لديهم نظرة تشاؤمية نحو الأحداث المستقبلية، خوفاً من تكرار مواقف الفشل السابقة، مما يبين ويؤكد أن ما سوف يحدث في المستقبل ما هو إلا نتيجة العلاقة التي تربط الماضي بالحاضر.

٨ ـ سمات ذوي قلق المستقبل:

ويشير (روبين داينز، ٢٠٠٦م، ٤٩) إلى مجموعة من السمات والصفات يتصف بها الأشخاص ذوي قلق المستقبل أهمها:

– استخدام بعض الآليات الدفاعية الذاتية منها الإزاحة والكبت للتقليل من الحالات السلبية التي تتملكهم.

– الحفاظ على الظروف الروتينية واتباع الطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة خشية المفاجأت غير السارة.

– الخوف من المغامرة والانسحاب من الأنشطة البناءة خوفاً من المخاطرة. أورد في (غالب رضوان مقداد، ٢٠١٥م، ٣٦)

ويضيف (أحمد محمد حسانين، ٢٠٠٠م، ١٩) لهذه السمات مجموعة سمات أخرى منها:

– التشاؤم المستمر من المستقبل خوفاً من وقوع الكوارث والمخاطر.

– فقدان الثقة بالآخرين، مما يؤدي إلى الاصطدام بهم وافتعال المشكلات لأقل الأسباب كنتيجة لعدم ثقتهم بأنفسهم ولا بالأخرين.

– الاعتماد على العلاقات الاجتماعية في بناء وتأمين المستقبل الخاص، وعدم وضع أهمية للقدرات والإمكانات المتاحة.

– التوقع السلبي الدائم للأحداث.

– انطوائي يألف الوحدة، ويظهر عليه علامات الشك والحزن والتردد، إذ لا يتمكن من اتخاذ أية قرارات مصيرية.

– التركيز الشديد على أحداث الحاضر أو الهروب إلى الماضي.

– الخوف من أية تغيرات سياسية أو اقتصادية أو اجتماعية والمتوقع حدوثها مستقبلاً.

– التعنت في إستخدام الرآي، وظهور الانفعالات السلبية لأدني الأسباب. أورد في (وفاء محمد القاضي، ٢٠٠٩م، ٣٢)

٩ ـ آلية التعامل مع قلق المستقبل:

لقلق المستقبل أثراً كبيراً على صحة الفرد وإنتاجيته والقدرة على الآداء، لما يسببه من أضرار على الصعيد النفسي والجسمي والعقلي، وهذا الأمر يتطلب ضرورة اتخاذ مجموعة من التدابير التي من شأنها العمل على التخلص من هذا القلق أو الحد منه، من خلال التخطيط الجيد وإيجاد الحلول المناسبة بهدف التوصل في النهاية لحالة من الاتزان والتوافق النفسي لدى الفرد تجاه ذاته والمجتمع المحيط. (غالب بن محمد المشيخي، ٢٠٠٩م، ٥٧)

لذلك فقد أشار "يوسف الأقصري" إلى أن هناك عدة طرق لمواجهة الخوف والقلق من المستقبل باستخدام فنيات العلاج السلوكي والتي يمكن التعرض لها كما يلي:

طريقة إزالة الحساسية المسببة للمخاوف بطريقة منظمة (خطوة بخطوة):

وهي أولى أنواع العلاج السلوكي الهامة، وفيها يتم تعليم مرضى الخوف أو القلق كيفية استحضار صورة بصرية حية للمخاوف التي تقلقهم أو يخشونها تجاه المستقبل، والاحتفاظ بهذه الصورة لمدة (١٥) ثانية فقط، ثم يقوموا بإخضاعهم للاسترخاء العميق لعضلاتهم بطريقة فعالة من خلال علاج القلق بالاسترخاء، وتكرار ما سبق عدة مرات مؤكداً على مواجهة تلك المخاوف حتى لو حدثت بالفعل، إلى أن يتمكنوا من تخيل الأشياء التي كانت تثير خوفهم وقلقهم دون أن يشعروا بالقلق، لأنه ثبت أن أغلب المصابين بالقلق والخوف من المستقبل يعجزون عن الإسترخاء بطريقة فعالة.

وهكذا يمكن أن يكتشف بأن طريقة إزالة الحساسية المنظمة في التخلص من المخاوف يصحبها استرخاء عميق للعضلات وتكون المواجهة أولاً في الخيال، حتى أذا تم إزالة تلك المخاوف تماماً من الخيال فأنه يمكن بعد ذلك مواجهة المخاوف على أرض الواقع إذا حدثت بالفعل.

طريقة الإغراق:

وهي أسلوب مواجهة فعلية للمخاوف في الخيال دون الاستعانة باسترخاء العضلات، وفيه يتم جعل مريض القلق أو الخوف من المستقبل أن يتخيل الحد الأقصى من تلك المخاوف أمامه، ويتخيل هذه المخاوف بحدها الأقصى قد حدثت فعلاً ويتم مساعدتة على التكيف معها، ويكرر هذا التخيل المبالغ فيه للمخاوف فترات طويلة حتى يصل معها لمرحلة تامة التكيف مع هذه المواقف، ويستمر في هذا التصور إلى أن يشعر بأن تكرار مشاهدة الحد الأقصى من المخاوف أمام عينيه

أصبح لا يثيره ولا يقلقه لأنه اعتاد على تصوره وكأنها أمامه، وهكذا نجد أن ذاك الشخص بهذا الأسلوب قد تعلم ذهنياً كيف يواجه أسوأ تقديرات الخوف والقلق ويتعامل معها في خياله ويكون مؤهلاً لمواجهتها حال حدوثها.

طريقة إعادة التنظيم المعرفي:

هذه الطريقة العلمية تمت متابعتها وحققت نجاحات كثيرة، فبعد أن لوحظ أن الذين يعانون من القلق والخوف من المستقبل يشغلون أنفسهم دائماً بالتفكير السلبي تجاه المواقف والأحداث القادمة، وهو ما يؤدي إلى حالة القلق والخوف من المستقبل، وعلى هذا الأساس وجد هذا الأسلوب الذي يعمل على استبدال الأفكار السلبية لدى الفرد بأخرى إيجابية. فما الذي يمنع الفرد من توقع الإيجابيات بدلاً من السلبيات، طالما أنه يمكن بشيء من المساعدة والدعم استبدال النتائج السلبية المتوقعة والمقلقة لتحل محلها النتائج الإيجابية، وما هذا إلا إعادة للتنظيم المعرفي للفرد، والتي تهدف في الأساس إلى تعديل أنماط التفكير السلبية لدى للفرد بأفكار أخرى إيجابية متفائلة، حتى يتغير سلوك الفرد من النمط المرضي إلى النمط السوي، الذي لابد له أن يتوقع النجاح تماما كما يتوقع الفشل.

ولعل أفضل هذه الطرق الثلاثة السابقة وهي الطريقة التي يستجيب الكثيرون لها، وهي طريقة التدرج البطيء المتأني في التعرض لمثيرات القلق أو الخوف، والتي يصاحبها الاسترخاء ذلك أن التدريب على الاسترخاء يساعد في زيادة اكتساب الإنسان الشعور بالسيطرة على ذاته، والتعرف على قدراته، مما يمكنه من مواجهة الأخطار بطريقة أكثر استقراراً، ولو كانت مجرد خيال فالفائدة من هذا العلاج السلوكي هي إزالة المخاوف من العقول بالتدريج. (يوسف الاقصري، ٢٠٠٢م، ٧٢)

ويرى "غالب بن محمد المشيخي" أنه بسلطان الإرادة والثقة بالنفس وبالقدرة على التحكم في الانفعالات والتفكير بهدوء وموضوعية، وبإدراك الفرد لحدود قدراته وطاقاته، والقدرة على تغيير سلبيات ذاته بمواجهة الأفكار والمعتقدات الخاطئة لديه باستخدام المنطق والتحليل الذاتي وتفهم حقيقة تلك المخاوف وأسبابها، يمكن القضاء على الخوف والقلق من المستقبل، فالخوف والقلق من المستقبل يجعل الفرد يضع أهدافاً كبيرة جداً يصعب عليه تحقيقها، في ظل ضعف ثقته في ذاته وفي قدراته، والنتيجة قلق دائم وتوجس من القادم، بسبب إخفاقاته المستمرة في عدم تحقيق تلك

الأهداف، فالمشكلة الرئيسية لغالبية من يعانون القلق والخوف من المستقبل، أنهم غير قادرين على وضع أهداف تتسم بالواقعية، وعليه فالأفضل لدى طلاب الجامعات أن يضعوا أهدافاً واقعية وفقاً لقدراتهم وإمكاناتهم، فمن خلال تحقيق هذه الأهداف يشعرون بالإنجاز وتحقيق الذات فيزول عنهم الخوف والقلق من المستقبل. (غالب بن محمد المشيخي، ٢٠٠٩م، ٥٩-٦٢)

ويرى الباحث أن لا سلطان ولا إرادة لمرضى قلق المستقبل، ذلك أن من سمات القلقين مستقبلياً عدم الثقة في الذات، فهم لا يضعون وزناً لقدراتهم وإمكاناتهم في تحقيق طموحاتهم وأهدافهم، بل أيضاً لا يثقون في الآخرين، وليست لديهم الشجاعة في المشاركة في الأنشطة العامة فيفضلون الانسحاب منها، ويألفون الانطواء، مما يستوجب التعامل معهم بطريقة أكثر مهنية بمساعدة المتخصصين وتقديم كافة أوجه الدعم لهم، ولعل أفضل الطرق هي الدمج بين الطريقة الأولى والثالثة، طريقة إزالة الحساسية المسببة للمخاوف بطريقة منظمة (خطوة بخطوة)، وطريقة إعادة تنظيم المعرفي، فمن خلال طريقة الاسترخاء يتمكن مرضى قلق المستقبل من ضبط انفعالاتهم والسيطرة عليها من خلال الاسترخاء، ويستوجب الأمر ضرورة الاهتمام بتغير الأفكار السلبية التي تحيط بهم بأخرى إيجابية تسهم في تنمية ثقتهم في ذاتهم وفي قدراتهم على تخطي العقبات وتحقيق الأهداف التي يضعوها لأنفسهم في ظل قدراتهم وإمكاناتهم.

١٠- الاتجاهات النظرية المفسرة لقلق المستقبل:

الاتجاه النفسي: Approch Psychological

إفترض "سيجموند شلومو فرويد " (Freud, 1968 , 72) أن منشأ وأصل كل قلق هو صدمة الولادة مع كافة التوترات التي تصاحبها، وخوفها من كون غرائز (الهو) لن يتم إشباعها، والتي تعد أول تجارب الفرد مع الخوف والقلق، والتي منها تولد السلوكيات الممثلة لرد الفعل حال تعرضه في المستقبل لخطراً ما يعجز فيه الفرد على التغلب على قلقه، مما يجعله عرضة لاستحواذ القلق عليه، ثم عدل "فرويد" (Freud) نظرته للقلق إلى وجود عوامل أخرى تقف وراء قلق الإنسان وترتبط بمراحل نموه المختلفة، ففي مرحلة الطفولة المبكرة يثير القلق فقدان الأم أو فقدان حبها، وفي المرحلة القضيبية يثير القلق الخوف الناشئ عن التهديد بالخصاء، أما في مرحلة الكمون فإن القلق يثار بتهديد الأنا الأعلى ويسمي "فرويد" (Freud) هذا القلق بالقلق الخلقي. فالقلق لديه هو إشارة إنذار في حالة وجود خطر خارجي حقيقي قادم، ويؤدي إلى استجابة الهروب وهو أيضا

إشارة إنذار في حالة الخطر الداخلي المتمثل في دوافع الهو لتقوم الأنا بحشد دفاعاتها، لتحول دون وصول الأفكار والمكبوتات إلى حيز الشعور(إقبال محمد الحمداني، ٢٠١١م، ١٦٢-١٦٣)، (Ferreri et al, 1999 , 76). أورد في (حسين ذهبية، ٢٠١٢م، ٩٣)

ويرى "ألفرد آدلر" (Adler) أن سلوك الإنسان تحدده دافعيته بدلالات توقعات المستقبل، ويشير هنا إلى أن أهداف المستقبل أكثر أهمية للفرد من أحداث الماضي. وقد أوضح رآيه حول المستقبل من خلال مقارنته بين الفرد السوي الذي يستطيع أن يحرر نفسه من تأثير التخيلات والأوهام ويواجه الواقع عندما تتطلب الضرورة ذلك.

ويرجع "آدلر" (Adler) نشأة القلق إلى طفولة الإنسان الأولى، ويربطه بالشعور بالنقص الجسمي، الذي يحمل الفرد على الشعور بعدم الأمان ومن ثم ينشأ القلق النفسي، فالأطفال عادة ما يشعرون بضعفهم وعجزهم إذا ما قارنوا أنفسهم بالكبار، ويؤدي ذلك إلى شعور الفرد بالنقص في المستقبل والذي يحاول تعويضه عن طريق كسب حب وصداقة الآخرين و لكنه يسقط في القلق إذا ما فشل في ذلك، وهذا بدوره يعمم على الجانب النفسي والاجتماعي مما يدفع الفرد إلى الشعور بعدم الأمن فيحصل لديه القلق من المستقبل الذي يدفعه للعمل على تعويض النقص (إقبال محمد الحمداني، ٢٠١١م، ١٦٢-١٦٣). (حاتم بن سعيد الغامدي، ٢٠١٣م، ٢٠)

في حين يرى "ماى" (May) وفق نظريته التحليلية الوجودية أن القلق إدراك لوجود خطر يهدد قيمة يعتبرها الفرد أساسية لوجوده، ولما كان هذا التقدير من جانب الفرد بمدى أهمية هذه القيمة من عدمها، إنما يعود لخبرات الفرد الشخصية عن مواقف سابقة مرت بحياته، وأن هذه الخبرات الشخصية إنما تتضمن العديد من المؤثرات، وتقود هذه المؤثرات الفرد في النهاية إلى القلق، وبمعنى أخر فإن مثل هذه المؤثرات العديدة تمثل لدى الفرد أصلاً لقلقه. (روبرت هاندي ومارسا ديفي، ٢٠١٢، ٣١)، (عبدالله إبراهيم عسيري، ٢٠٠٧، ٢٧)

مما سبق يتضح أن رؤية "فرويد" لنشأة القلق تختلف اختلافاً كبيراً عن التحليليون الجدد، ففي حين جعل من مجموعة من النزعات والغرائز والدوافع اللاشعورية لدى الفرد أصلاً للقلق، إلا أن التحليليون الجدد رفضوها وقللوا من شأنها واهتموا كثيراً بالعلاقات الاجتماعية بين الأفراد كمسببات للقلق.

الاتجاه الإنساني: Humanistic Approch

يرى الاتجاه الإنساني في الفرد بوصفه كائناً بشرياً له خصائصه الإيجابية المميزة له عن بقية الكائنات، وأن هدفه الرئيسي في الحياة هو تحقيق الذات والوجود الشخصي بوصفهما قوة دافعة وهدفاً نهائياً في حياة الفرد، وعليه فهم يرون أن منشأ قلق المستقبل إنما يكون نتيجة أحداث حاضرة أو متوقعة مستقبلاً، تلك الأحداث قد تمثل تهديداً مباشراً لوجوده، وتعوق تحقيقه لتلك الأهداف، فالقلق هنا ينشأ من الخوف من المستقبل، وما قد يحمله من أحداث قد تهدد وجوده وإنسانيته وليس ناشئاً عن ماضيه، فالإنسان هو الكائن الحي الوحيد الذي يدرك أن نهايته حتمية وأن الموت لا مفر منه قد يحدث في أية لحظة، وبالتالي فإن توقع الموت يعد المثير الأساسي للقلق عند الإنسان (بسمة شامخ كريم، صالح مهدي صالح، ٢٠١١م، ٧١). وفي نفس الاتجاه يرى "كارل روجرز" (Rogers) أن منشأ قلق المستقبل إنما يكون عند مواجهة الفرد لحدث قد يهدد بنيته الذاتية، ويحدث ذلك وقت شعوره بالقلق والتهديد تجاه حدث ما تكون الخبرة فيه غير متسقة مع بنيته الذاتية، مما يجعله يسلك سلوكاً دفاعياً، وهناك منشأ أخر للقلق من وجهة نظر "روجرز" (Rogers) يتمثل في فشل الفرد في إيجاد مغزى لحياته أو هدف لوجوده وبقاؤه، فتكون النتيجة النهائية هو تعرضه للقلق (بسمه شامخ كريم، صالح مهدي صالح، ٢٠١١م، ٧١). أورد في (حسين ذهبية، ٢٠١٢م، ٩٨)، (غالب بن محمد المشيخي، ٢٠٠٩م، ٢٨)

مما سبق يرى الباحث أن النظرية الإنسانية تنظر إلى عدم قدرة الفرد تحقيقه لأهدافه وطموحاته نتيجة عوائق وصعوبات سواء أكانت هذه العوائق والصعوبات حالية أو مستقبلية مصدراً لقلق المستقبل، ذلك أنه يخلق نوعاً من عدم التوافق بين الذات الواقعية والذات المثالية لدى الفرد مما يهدد بنيته الذاتية.

الاتجاه الوجودي: Existential Approach

ويؤكد هذا الاتجاه على أن الفرد دائماً يعيش فقط من أجل مستقبله، فهو مشروع نحو المستقبل دائم التغير والتطور وفق الحاجة، ولأنه مسئول عما قرره ويختاره الآن، فهو يستشعر القلق في نتائج هذا القرار وهذا الاختيار، وعليه فالقلق لديهم ليس حال بل أحد مكونات الذات.

أما "مى وكولمان" (May&Coleman) فقد أيدا أيضاً فكرة أن منشأ القلق إنما يتمثل في حرص الإنسان الدائم على وجوده، وهذا الهدف هو ما يثير القلق لديه، ولأن الموت هو الصورة

المطلقة للوجود فهو بهذا يعد أساس القلق (بسمة شامخ كريم، صالح مهدي صالح، ٢٠١١م، ٧٣)، فالوجوديون يرون أن القلق ينبع من وعي الإنسان الدائم باحتمال انتهاء أو انقطاع الوجود، وعدم القدرة على اتخاذ قرارات من شأنها يترتب عليها هذا الوجود (جمعة سيد يوسف، ٢٠٠١م، ١٢٩). أورد في (محمد بن عابد القرشي، ٢٠١٢م، ٣٧)

ويرى "ماي" (May) في القلق أنه ليس إحساساً بعدم الراحة أو شعوراً غير سار، إنما يعد استجابة أساسية للفرد تجاه خطراً ما يهدد كيانه ووجوده، ويظهر كلما حاول الفرد إدراك إمكانياته وإختياراته، وقارن ذلك بالآخرين كما هو الحال في ثقافتنا التنافسية العصرية وما ينتج عنها من ضغوط تنتج في النهاية الشعور بالقلق، أما "كيركحارد" (Kir Kjour) فيرى أن الفرد إنما يحقق شخصيته فقط من خلال معايشته للقلق، ذلك أن ما يميزه ككائن بشري هو رؤيته المستقبلية، فهو يعيش الماضي في الحاضر من أجل المستقبل، وعليه فإنه يصاب بالقلق إن لم يجد لنفسه مكاناً في المستقبل، ما يجعله عرضة لليأس والاكتئاب (بسمة شامخ كريم، صالح مهدي صالح، ٢٠١١م، ٧٣). أورد في (نيفين عبدالرحمن المصري، ٢٠١١م، ١٧)

ويتضح مما سبق كون الموت هو المصدر والمثير الأساسي لوجود ونشأة القلق لدى الوجوديين، فكل ما يهدد وجود الفرد الآن وفي المستقبل، وأي تهديد لبعض القيم يعدها الفرد جوهرية وأساسية لوجوده كل هذا يعد مصدراً لقلقه، وعليه فان القلق بهذا الشكل ملازم للإنسان طيلة حياته.

الاتجاه المعرفي: Cognitive Approach

يركز أصحاب هذا الاتجاه على الكيفية التي يرى ويفسر ويدرك فيها الفرد ذاته والعالم المحيط وليس على ما يفعله. حيث ركز "كيلي" (Kelly) على طريقة إدراك وتفسير الفرد للمواقف الحياتية التي تواجهه والآخرين، وعلى العمليات التي تمكنه من فهم وتنظيم الأحداث التي تقع من حوله، وأن فشله في فهم وتفسير هذه المواقف الاجتماعية المختلفة من خلال بنائه الشخصي وخبراته السابقة، هو ما يسبب ظهور الأعراض العصابية ومن ثم ظهور القلق (بسمه شامخ كريم، صالح مهدي صالح، ٢٠١١م، ٧٣)، (عدلية حسن تونسي، ٢٠٠٢م، ٣). وفي حين يرى "كيلي" (Kelly) أن باستطاعة الفرد التنبؤ بما قد يحدث له مستقبلاً وذلك بناءاً على خبراته التي إكتسبها في حياته، نجد "ماندر" (Mandler) يفسر القلق من المستقبل من خلال نظرية العجز، ذلك أن

حالة العجز هذه إنما تحدث لدى الفرد بسبب الضغوط المعرفية، والتي تحدث نتيجة ضعف قدرته على التوقعات المستقبلية أو بسبب الإشكال الذي قد يحدث في المفاهيم المتشابهة وتعارضها مع قدرات الفرد وإمكاناته (بسمة شامخ كريم، صالح مهدي صالح، ٢٠١١م، ٧٣). أورد في (محمد بن عابد القرشي، ٢٠١٢م، ٣٥)

أما "أرون بيك" (Beck) فكانت نظريته المعرفية في القلق والتي أطلق عليها (نظرية المخططات لأرون بيك) (Becks Schema Theory) تعد أول نظرية منظمة حاول من خلالها تكوين نظرية معرفية شاملة عن القلق، قسمها لثلاث خطوات هي:

- التقييم الاولى: وفيه يقيم الفرد الخطر المهدد له.

- التقييم الثانوي: وفيه يقيم الفرد المصادر المتاحه لديه للتعامل مع التهديد المحتمل، ويري "بيك" (Beck) أن مستوى القلق لدى الفرد يتوقف على هذين النوعين من التقييم، وأن هذا التقييم يحدث بطريقة أوتوماتيكية في اللاوعي.

- إعادة التقييم: وفيها يقيم الفرد درجة شدة الخطر الذي يواجهه، وينتج عن هذا التقييم استجابة عدائية كرد فعل طبيعي لدى الفرد، سواء أكانت عن طريق الهروب بسبب القلق أو عن طريق المواجهة نتيجة الخطر، ويعتمد هذا كله في الأساس على مستوى الثقة بالنفس لدى الفرد وبقدراته المتاحة في تجاوز الموقف الضاغط، فكلما كان مستوى الثقة لدى الفرد مرتفع زاد التفكير الإيجابى لديه، ومن ثم القدرة على المواجهة والتكيف مع الموقف المقلق، أما إذا إنخفض مستوى الثقة لديه ظهر التفكير السلبي الذي يقلل من اعتقاد الفرد في قدرتة على المواجهة والتكيف، وتظهر سبل أخرى بديلة للتعبير عن القلق كالانهزامية والاعتماد على الغير في إدارة أمور حياته. (هبة محمد مؤيد، ٢٠٠٩م، ٣٥٦)، (عاطف مسعد الحسيني، ٢٠١١م، ٤٠-٤١)

الشكل (١٣) النموذج المعرفي لآرون بيك لنشأة القلق.

والشكل السابق يوضح النموذج المعرفي للاضطرابات النفسية لدى "بيك" (Beck) والخاص بمريض القلق والذي يرى أن أفكار وتفسيرات وأوهام مريض القلق إنما تتركز حول مختلف صور الغضب أو التأويل السلبي لخبراته الشعورية مع زيادة في توقع الأذى في المواقف المستقبلية، مما يؤدي إلى إثارة مشاعر الضيق والكدر والخوف والفزع ومن ثم القلق، وفي نفس الاتجاه يرى "زالسكي"(Zaleski) أن لقلق المستقبل مكون معرفي قوي، ذلك أن مكونات قلق المستقبل معرفية أكثر منها انفعالية وترتبط غالباً بالخطر وترتكز في الأساس على المبالغة في النظرة السودوية للمستقبل، أي أن الأفكار السلبية والناتجة عن خبرات سابقة تجاه المستقبل هي التي تؤدي إلى قلق المستقبل. (هبة محمد مؤيد، ٢٠٠٩م، ٣٥٦)

مما سبق يرى الباحث كون المعرفيون جاؤوا بنقلة جديدة في ميدان العلاج النفسي، على عكس المدارس العلاجية الآخرى ذلك أنهم لم يختلفون كثيراً فيما بينهم، بل كانت جهود كل منهم مكملة لجهود الآخرين، فهم يرون في اضطراب تفكير الفرد وما يعتقده تجاه الأحداث، كلها عوامل مهمة في تفسير الاضطراب الانفعالي بشكل عام والقلق بشكل خاص، فالمبالغة في تقدير الأخطار المحتمل حدوثها للفرد في المستقبل، تجعله دائم التشكك في قدرته على المواجهة والمقاومة وتحد أيضاً من قدرته على تحقيق الأهداف، مما قد تسبب له قلقاً مستمراً .

الاتجاه السلوكي المعرفي:

يركز أصحاب هذا الاتجاه على أهمية الأفكار في تفسير السلوك وتوليده، وأن هؤلاء الذين يتسمون بزيادة في المخاوف والقلق إنما يكون في الغالب بسبب المبالغة في الخطر مع التركيز على ضعف قدرتهم على مواجهة مواقف الحياة المشكلة، ويعد "ألبرت إليس" (Albert Ellis) مؤسس نظرية (العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي)، وقد إستند نموذجه على إفتراض مؤداه أن الاضطرابات النفسية ومنها القلق من المستقبل هي نتاج التفكير الغير عقلاني والغير حقيقي للفرد، وأن تلك الاضطرابات إنما تنتج في الأساس من سوء تفسير الفرد وتقييمه للمواقف والأحداث الضاغطة التي يتعرض لها، وأن ذلك كله إنما يعود لمجموعة الخبرات المعرفية الخاطئة التي يتبانها الفرد منذ طفولته (بسمه شامخ كريم، صالح مهدي صالح، ٢٠١١م، ٧٣). أورد في (هبة محمد مؤيد، ٢٠٠٩م، ٣٥٥)

بالرغم من اتخاذ هذه النظرية منحى علاجي للقلق يحسب لها وليس تفسيرياً فقط لنشأة القلق، إلا أنها في تركيزها بإرجاع القلق ووجوده إلى سوء تفسير الفرد للموقف المقلق، والناشئ عن أفكار لا عقلانية لديه، دون الاهتمام بقوة الموقف وارتباطه بتصورات الفرد الحالية والمستقبلية، والمبنية على وقائع حالية تعد أساس لتوقعات الفرد في المستقبل، كل هذا يعد نقصاً في تفسير القلق ونشأته.

الاتجاه الفيزيولوجي:

إن أعراض القلق النفسي عادة ما تنشأ من زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي بنوعيه السمباثاوي والباراسمباثاوي، ومن ثم تزيد نسبة الإدرينالين والنورادرينالين في الدم. فيتحرك السكر في الدم مع شحوب في الجلد، ويتبع ذلك زيادة العرق وجفاف الحلق، وأحياناً ارتجاف الأطراف. فعن ظواهر نشاط الجهاز الباراسمباثاوي فتتمثل في زيادة الحركات المعوية واضطراب الهضم والشهية والنوم، والتبول والإسهال ووقوف الشعر، ويتسم القلق فسيولوجياً بدرجة عالية من الانتباه واليقظة المرضية في وقت الراحة، مع بطىء في التكيف مع المواقف الضاغطة، والمركز الأعلى لتنظيم الجهاز العصبي اللاإرادي يطلق عليه الهيبوثلاموس (تحت المهاد) والذي يعد مركز التعبير عن الانفعال وهو على اتصال دائم بالمخ الحشوي وهو مركز الإحساس بالانفعال. كذلك الهيبوثلاموس على اتصال بقشرة المخ ملتقى التعليمات منها للتكيف بالنسبة للمنبهات الخارجية. ومن ثم توجد دائرة عصبية مستمرة بين قشرة المخ والهيبوثلاموس والمخ الحشوي ومن خلال هذه الدوائرة نعبر ونشعر بانفعالاتنا وإذا أخذنا في الاعتبار أن هذه الدائرة العصبية تعمل من خلال إشارات وشحنات كهربائية وكيميائية وأن الموصلات العصبية المسئولة عن ذلك هي (البروتين، والنورادرينالين، وادوبامين) والتي تزيد نسبتها في المراكز من أى جزء أخر في المخ. (وفاء محمد القاضي، ٢٠٠٩م، ١٤)

سمة القلق وحالة القلق: Trait Anxiety & State Anxiety

يعد "كاتيل" (Cattell, 1961) هو أول من أشار إلى مفهومي الحالة والسمة (الأنصاري، ١٩٩٧م، ٢٩). ومن ثم طور "سبيلبيرجر" (Spielberger, 1966) ذلك، وتوصلا إلى التمييز بينهما. وأكدا بأن حالة القلق هي: حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الإنسان عندما يتعرض إلى موقف يتهدده، وتزول هذه الحالة بزوال التهديد. أما سمة القلق فعرفها كل من "كاتيل" و"سبيلبيرجر" و"أتكنسون" بأنها: سمة ثابتة نسبياً للشخصية وتدل على استعداد سلوكي كامن لدى الفرد للقلق،

كما أشار "سبيلبيرجر" إلى أن حالة القلق عابرة وليست مستديمة في حياة الفرد. في حين أن سمة القلق تعبر عن ميل الفرد إلى الاستجابة للمواقف العصبية بأسلوب خاص يختلف عن الأخرين (غالب محمد المشيخي، ٢٠٠٩م، ٣٨). وأما "ماثيوس وديري" (Matthews & Deary) فإنهما ينظران إلى حالة القلق على إنها إحساس بالتوتر والتخوف التي يشعر بها الفرد باستمرار، والسمة لديهما تشير إلى استقرار وثبات السلوك المقلق لدى الفرد، وعلى إن سمة وحالة القلق ترتبطان مع بعضهما ارتباطاً موجباً على العموم، فالأشخاص الذين لديهم سمة القلق عالية يميلون إلى حالة قلق أعلى مما لدى ذوي سمة القلق المنخفضة. (Matthews & Deary, 1998, 70-71, 233)

وتعرف سمة القلق أيضاُ على أنها الاختلافات الفردية المستقرة نسبياً بخصوص القلق، الناتجة عن الاستعدادات لإدراك مدى واسع من المواقف المثيرة بكونها خطر أو تهديد، والنزعة نحو الاستجابة لها، فسمة القلق تشير إلى استعداد ثابت نسبياً للقلق لدى الفرد، أما حالة القلق فتشير إلى استجابة انفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية تتضمن التوتر والخشية والعصبية والانزعاج. ويمكن توضيح العلاقة بين سمة القلق وحالة القلق بأن سمة القلق هو الاستعداد للقلق يكمن داخل الفرد وعند إثارته بمثيرات مهددة تبرز كحالة قلق. (أحمد محمد عبد الخالق، ١٩٨٧م، ٢٩)

ومن العرض السابق للنظريات والتوجهات المفسرة لقلق المستقبل نلاحظ الاختلاف الواضح فيما بينها في تفسيرها لقلق المستقبل وذلك إنما يرجع إلى لاختلاف نظرتها وتعريفها للقلق بصفة عامة ولقلق المستقبل بصفة خاصة. وتتشابه في تفسيرها لقلق المستقبل مع تفسيرها للقلق العام باعتباره أحد أنواعه، ففي حين أرجع "فرويد" القلق إلى ماضي الطفل وغرائزة، خالف الفرويديون الجدد ذلك فلم يلقوا بالاً لهذه الدوافع الغريزية كمصادر للقلق، حيث رأى "أتورانك" في صدمة الميلاد وإنفصال الجنين عن رحم أمه أصلاً للقلق، أما "الفرد آدلر" فقد رأى في شعور الأطفال بالنقص الناتج عن شعورهم بالضعف والعجز حال قيامهم بمقارنة أنفسهم بالكبار، مصدراً للقلق، وأرجع "إيريك فروم" القلق إلى الصراع الذي يحدث للطفل بين نزعته للاستقلال واعتماده على والديه طيلة فترة الطفولة مصدراً للقلق، مما يوضح الاختلافات الواضحة حتى بين التحليليين الجدد أنفسهم في نشأة القلق، أما السلوكيون فينظرون إلى القلق على أنه سلوك مكتسب تم عن طريق تعلم خاطئ حدث خلال الخبرات الماضية التي مر بها الفرد في سنوات حياته الأولى وهم بذلك

يتفقون مع التحليليون في إرجاعهم القلق إلى ماضي الفرد، في حين نجد أن أصحاب النظرية الإنسانية يعتبرون أن الحاضر والمستقبل هما المصدر الحقيقي للقلق فإدراك الفرد لحتمية الموت ونهاية الحياة هو تهديد مباشر لوجود الفرد، أما النظرية المعرفية فترى أن القلق ينشأ نتيجة تبني الفرد لأفكار لا عقلانية ومعتقدات خاطئة وغير منطقية. أما أصحاب نظرية الدافع فقد اعتبروا أن القلق دافع للسلوك الصحيح والناجح في اتمام الأعمال، في حين جاءت نتائج معظم الدراسات مشيرة إلى أن القلق الشديد يعيق الاستجابة المطلوبة وخاصة في الأعمال الصعبة التي تحتاج إلى التركيز وعدم التشتت.

أما النظرية البيولوجية فقد أرجعت القلق للميل الفطري للأفراد لحالات الهلع والخوف الزائد، في حين تركز الجشطلت على ظهور القلق كنتيجة لتركيز الفرد على عواقب أفعاله، فحين يترك الفرد الحاضر ويقفز إلى المستقبل يكون القلق، أما نظرية "سبيلبيرج" (Spielberger) في القلق، والتي أطلق عليها اصطلاحاً (الحالة – السمة)، فتعد المدرسة الأكثر شيوعاً في الوقت الحالي تفسيراً للقلق، ذلك أنها إعتمدت في نظرتها للقلق من خلال الاستفادة من مختلف النظريات المفسرة له، وعليه لاقت استحسان معظم علماء النفس المعاصرين حيث رآت أن القلق إما أن يكون سمة للفرد وذلك حال كون القلق ملازماً لشخصيته سواء أكان هناك مواقف مقلقة أم لا، في حين يكون القلق حالة عارضة لدى الفرد إذا ما واجهته الضغوط والعقبات فيزول بزوالها، ومن هنا تبني الباحث النظريات التي تتماشى تفسيراتها مع الدراسة الحالية وهما النظرية الإنسانية والنظرية المعرفية حيث أن القلق يرتبط بحاضر الفرد ومستقبله وأن أحداث المستقبل تعد مهددة له، كما أن اعتناق أفكار غير منطقية ومعتقدات خاطئة من شأنها أن تكون سبباً لبعض الاضطرابات الانفعالية ومن بينها القلق.

الفصل الثالث

الدراسات السابقة وفروض الدراسة

أولاً : الدراسات والبحوث السابقة:

١ـ دراسات تناولت الأمل.

٢ـ دراسات تناولت الذكاء الوجداني.

٣ـ دراسات تناولت قلق المستقبل.

٤ـ دراسات تناولت العلاقة بين الأمل والذكاء الوجداني وقلق المستقبل.

ثانياً : فروض الدراسة.

الفصل الثالث

الدراسات السابقة وفروض الدراسة

أولاً – الدراسات السابقة:

على الرغم من أننا في عصر تعقدت فيه منظومة الدوافع الإنسانية واضطربت، وتزداد تعقيداً يوماً بعد يوم، نظراً لمدى التطور الحادث وما يقابله من زيادة في احتياجات الأفراد، في ظل القصور الواضح في القدرة على إشباع مثل هذه الاحتياجات، ومن هنا يكون الأمل (Hope) هو المحرك الأهم والأكثر ارتباطاً بالجوانب الإيجابي في الشخصية. والذي يعمل كمصدر قوة لعملية النمو والتغيير للفرد لمواجهة هذه الضغوط، ونظراً لهذه الأهمية الكبرى للأمل فقد لفت انتباه العديد من الباحثين العرب والأجانب، ويمكن التعرض لبعض الدراسات التي تناولته كما يلي:

١ـ دراسات تناولت الأمل (Hope)

دراسة سنايدر وآخرون (Snyder et al.,1996)

بعنوان: " تطور وصدق مقياس الأمل كحالة "، هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على تطور وصدق مقياس الأمل كحالة. وتم الاستعانة بأربع دراسات للتعرف على الخصائص السيكومترية لمقياس الأمل كحالة من إعداد "سنايدر وآخرون". وتوصلت نتائج الدراسة إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق وذلك من خلال حساب الصدق باستخدام كلاً من صدق الاتساق الداخلي (internal consistency) للأبعاد الأربعة للمقياس (يتكون المقياس من أربعة أبعاد رئيسية يندرج تحت كل بعد ثلاث فقرات)، والصدق التمايزي (discriminant validity). وأكدت نتائج الدراسة على أن المقياس أصبح جاهزاً للاستخدام.

دراسة ستاتس وآخرون (Staats, et al., 2007)

بعنوان: " مصادر السعادة والتوتر لدى طلاب الجامعات " وتناولت الدراسة السعادة لدى عينة من طلاب الجامعة قوامها (٢٥٨) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة بين السعادة والأمل، وعلاقة سالبة ودالة بين السعادة وأحداث الحياة الضاغطة، كما كشفت الدراسة عن قدرة الأمل على التنبؤ بالسعادة لدى عينة الدراسة.

دراسة عبدالمحسن إبراهيم ديغم (٢٠٠٨م)

بعنوان: " الفـاعلية الـذاتية وأساليب مواجهة الضغوط كمتغيرات محكية للتميـز بيـن الأمل والتفـاؤل "، وهدفت الدراسـة إلـى الكشـف عن الفرق بين مفهومي الأمل والتفاؤل، وأجريت الدراسـة علـى عينـة مـن طـلاب جامعـة المنيـا قـدرها (٢٥٥) طالـب، واسـتخدمت الدراسـة المـنهج الوصـفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في أربعة مقاييس هي: مقياس الأمل إعداد الباحث، قائمـة التفـاؤل إعـداد وتقنـين "أحمـد محمـد عبـدالخالق" (١٩٩٦م)، ومقيـاس الفاعليـة الذاتيـة وأسـاليب المواجهـة (Cope.R) وهذا المقيـاس هـو النسـخة المعدلـة مـن مقيـاس "كـارفر، شـايير، وينتـر اب" (Carver, Scheire& Weintraub, 1989)، وبينت النتائج أن الأمل والتفاؤل فيهما بعض التقارب والارتباط ولكنهما مستقلان عن بعضهما ولا يمكن أن يستوعبهما عامل واحد.

دراسة جالفر وآخرون (Gallagher, Matthew et al, 2009)

بعنـوان: " مسـاهمات كـلاً مـن الأمـل والتفـاؤل فـي التوقعـات الإيجابيـة والصـحة العقليـة "، وهدفت الدراسـة إلـى تنـاول النظريـات المعاصـرة للأمـل والتفـاؤل، وكيفيـة تشـكيل التوقعـات الإيجابيـة لسـلوك الإنسـان والتشـجيع علـى الرفاهيـة، وتناولـت الدراسـة بشـكل تفصـيلي نظـريتين حـول الأمـل والتفاؤل، الأولـى تركـز علـى التوقعـات العامـة للنتـائج الإيجابيـة، بينمـا تركـز الثانيـة علـى أثـر تقييم العوامل الشخصية في تيسير تحقيق الأهداف، بهدف تحديد تأثيرات الأمل والتفاؤل علـى تحسين الصـحة النفسـية، وهـل لهمـا تـأثيرات خفيـة أم لا، واعتمـدت الدراسـة علـى اسـتخدام الأسـاليب الإحصائية مثل التحليل العاملي، ونموذج المعادلة البنائية، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن كلاً من الأمل والتفاؤل عبارة عن متغيرات كامنة بنائية، تسهم في التنبؤ بالتغير في مكونات الرفاهية.

دراسة برونك وآخرون (Bronk et al, 2009)

بعنوان: " الهدف في الحياة والأمل والرضا عن الحياة لدى ثلاث فئات عمرية "، هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المقصد والأمل والرضا عن الحياة لدى ثلاث فئات عمرية مختلفة. تكونت عينة الدراسة من ثلاثة فئات عمرية مختلفة الأولى وعددها (١٥٣) من المراهقين، والثانيـة وعـددها (٢٣٧) مـن صـغار البـالغين، والثالثـة وعـددها (٤١٦) مـن البـالغين. واسـتخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، اشتملت أدوات الدراسة على أداة مسحية منقحة للغرض (Revised Youth Purpose Survey)، مقياس الأمل كسمة (Trait Hope Scale)، استبيان معنى الحياة (Meaning in Life Questionnaire)، وأيضاً تم استخدام اختبار الهدف في

الحياة (Purpose in Life test)، وأيضاً بعد الهدف في الحياة من مقياس رايف للرفاهية السيكولوجية (Ryff's Scale of Psychological Well-being). وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين كل من الهدف في الحياة والرضا عن الحياة لدى عينات الدراسة الثلاث، كما أشارت نتائج الدراسة إلى توسط الأمل في علاقة الهدف في الحياة والرضا عن الحياة لدى عينات الدراسة الثلاث.

دراسة عويد سلطان المشعان (٢٠١٠م)

بعنوان: " الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالشكاوى البدنية والعصابية لدى طلبة وطالبات في جامعة الكويت "، وهدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية بالشكاوي البدنية والعصابية وكذلك التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات البحث، أجريت الدراسة على عينة مكونة من (٣٧٣) من طلاب جامعة الكويت بواقع (١٥٠) من الذكور، و(٢٣٣) من الإناث، بمتوسط عمري قدرة (١٩.٣٦)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وشملت أدوات الدراسة مقياس الصلابة النفسية إعداد "يونكن وبتز" (Younkin& Betz, 1996) تعريب "عبدالطيف وحمادة" (٢٠٠٢م) وقائمة الأعراض الجسمية إعداد "أحمد محمد عبدالخالق" (٢٠٠٣م) ومقياس الأمل إعداد "سنايدر وزملائه" (Snyder et al., 1999) تعريب "أحمد محمد عبدالخالق" (٢٠٠٧م)، والعصابية مشتق من مقياس ايزنك للشخصية تعريب "أحمد محمد عبدالخالق" (١٩٩١م). وكشفت نتائج الدراسة بأنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية ومتغير الأمل، بينما توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في العصابية والشكاوي البدنية، وأن متوسط الإناث أعلى من متوسط الذكور، مما يعني أن الإناث أكثر عصابية وشكاوي بدنية مقارنة بالذكور، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين الصلابة النفسية والأمل، بينما توجد علاقة سالبة بين الصلابة النفسية والعصابية، كما توجد علاقة سالبة بين الأمل والشكاوي البدنية والعصابية، وتوجد علاقة موجبة بين العصابية والشكاوي البدنية.

دراسة عبدالحميد سعيد حسن (٢٠١٠م)

بعنوان: " الصلابة النفسية والشعور بالأمل والضغوط النفسية كمنبئات للنجاح الأكاديمي لطلاب جامعة السلطان قابوس"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن امكانية التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال الصلابة النفسية والشعور بالأمل والضغوط النفسية، وقد تكونت عينة الدراسة

من (٢٠٥) من طلاب جامعة السلطان قابوس (١٠٥) من الذكور، وعدد (١٠٠) من الإناث، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الشعور بالأمل ومقياس الضغوط النفسية ومقياس الصلابة النفسية وجميعها من إعداد الباحث، وتوصل الباحث للنتائج التالية: وجود علاقة إيجابية بين مستوى الصلابة النفسية والشعور بالأمل والمعدل التراكمي، وعلاقة سالبة بين مستوى الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي، كما وجد أثر مباشر وغير مباشر لكل من الصلابة النفسية والشعور بالأمل والضغوط النفسية والجنس والتخصص على المعدل التراكمي.

دراسة أمال عبدالقادر جودة وحمدي أبوجراد (٢٠١١م)

بعنوان: " التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحه "، هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين السعادة والأمل والتفاؤل وإضافة إلى تحديد الأهمية النسبية لكل من هذه المتغيرات في تفسير السعادة لدى عينة من طلاب جامعة القدس المفتوحة، وبلغ حجم العينة (١٨٧) طالباً وطالبة (١٠٣) ذكور (٨٤) إناث، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس التفاؤل إعداد "أحمد محمد عبدالخالق" (١٩٩٦م) ومقياس السعادة تعريب "أحمد محمد عبدالخالق" (٢٠٠٥م) وكذلك مقياس الأمل إعداد " سنايدر وآخرون " (Snyder et al.,1991) وتعريب "أحمد محمد عبدالخالق" (٢٠٠٤م)، وبعد استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة كانت النتائج كالتالي: أن هناك ارتباط دال بين متغير السعادة وكافة المتغيرات الأخرى، وأن متغيري الأمل والتفاؤل أسهما في تفسير تباين درجات العينة على مقياس السعادة، وأن أقواها أثراً في هذا التفسير كان من نصيب متغير التفاؤل.

دراسة لابونسكا (Labunskaya V.A. , 2011)

بعنوان: " الأمل كمؤشر للأمن النفسي للفرد والمجتمع "، هدفت تناولت البحث الطرق المختلفة لفهم وظيفة الأمل في حياة الإنسان وكذلك التعرف على مدى استخدام الأمل كمؤشر للأمن النفسي للأفراد والمجتمع بصفة عامة، حيث تم دراسة الأمل وأبعاده في سياق مسار الحياة البشرية وموقف الشخص في الحياة لدى عينة من الشعب الروسي بمختلف فئاته، حيث تناولت الدراسة العلاقة بين الأبعاد المختلفة للأمل والتكيف (إيجابية / سلبية) من خلال عمليات التقييم المستمرة لمراحل مختلفة من دورة حياة المرء، وأكدت نتائج الدراسة أن مستوى عال من اليأس جنباً

إلى جنب مع موقف سلبي تجاه الحياة يقلل من الأمن النفسي للشخص والعكس صحيح الأمر الذي يؤكد وجود علاقة طردية بين الأمل والأمن النفسي إذ أن الأمل يعطي للفرد مستوى عال من التكيف الإيجابي تجاه المواقف الضاغطة.

دراسة هاني إبراهيم الجزار (٢٠١٢م)

بعنوان: " إدراك القبول – الرفض الوالدي وعلاقته بالأمل لدى الشباب الجامعي "، هدفت الدراسة الحالية إلى الوقوف على علاقة القبول – الرفض الوالدي المدرك (كمتغير مستقل) بالأمل (كمتغير تابع) لدى الشباب الجامعي، وإلى أي مدى ينبئ كل من القبول والرفض الوالدي بالأمل؛ كذلك إلى أي مدى تتباين متغيرات الدفء الوالدي (قبول الأم؛ قبول الأب؛ رفض الأم؛ رفض الأب) من حيث قدرتها على التنبؤ بالأمل. اشتملت عينة الدراسة على (٢٠١) من الشباب الجامعي من الفرقتين الثالثة والرابعة بكلية الآداب – جامعة الزقازيق المقيدين بالعام الدراسي(٢٠١٠/ ٢٠١١م)، امتدت أعمارهم من (١٩ – ٢٤) سنة، بمتوسط عمر يساوي (٢٠) سنة وتسعة أشهر، وانحراف معياري يساوي (١٠) أشهر. أجاب أفراد العينة على استبيان القبول– الرفض الوالدي للكبار ترجمة وإعداد: ممدوحة سلامة (١٩٨٦م)، ومقياس الأمل إعداد: الباحث. وقد أظهرت نتائج الارتباط البسيط والجزئي أن إدراك القبول من أي من الوالدين (الأم، والأب) يرتبط بشكل موجب دال بالأمل وأن هذا الارتباط يظل على دلالته حتى بعد عزل تأثير إدراك القبول من الوالد الأخر؛ وأن إدراك الرفض من أي من الوالدين يرتبط بشكل سالب دال بالأمل وأن هذا الارتباط يظل على دلالته حتى بعد عزل تأثير إدراك الرفض من الوالد الآخر. أما نتائج تحليل الانحدار البسيط فقد أظهرت أن إدراك القبول من أي من الوالدين (الأم، والأب) ينبئ بشكل موجب دال بالأمل، وأن إدراك الرفض من أي من الوالدين ينبئ بشكل سالب دال بالأمل. وأخيراً، أظهرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج أن رفض الأم ورفض الأب على الترتيب هما أقوى متغيرات "الدفء الوالدي" المستقلة تأثيراً على المتغير التابع "الأمل".

دراسة سناء محمد أبوحسين (٢٠١٢م)

بعنوان: " الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة "، هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى كل من الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمره منازلهن في

محافظة شمال غزة، كما هدفت إلى التعرف على الفروق بين متوسطات درجات الصلابة النفسية والأمل والأعراض السيكوسوماتية تبعاً للمتغيرات التالية: العمر، التعليم، المستوى الاقتصادي، العمل وحجم الأسرة، والتعرف على درجة التفاعل بين كل من (منخفضي – مرتفعي) الصلابة والأمل على الأعراض السيكوسوماتية، وتكونت عينة الدراسة من (٢١٧) من الأمهات المدمرة منازلهن بشكل كلي في محافظة شمال غزة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في ثلاثة مقاييس هى: مقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحثة، مقياس الأمل من إعداد الباحثة، مقياس الأعراض السيكوسوماتية من إعداد الباحثة. وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: إرتفاع مستوى الصلابة والأمل لدى أفراد العينة من الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة، ووجود علاقة سالبة إحصائياً بين الصلابة النفسية بأبعادها والأعراض السيكوسوماتية لدى أفراد العينة، ووجود علاقة سالبة إحصائياً عند مستوى الدلالة بين الأمل والأعراض السيكوسوماتية لدى أفراد العينة.

دراسة توماس بريستر (Priester, 2012)

بعنوان: " القياسات التأملية: خصائص الأمل في مجتمع الكلية "، هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الأمل لدى طلاب السنة الأولى بالمرحلة الجامعية، كما هدفت إلى التعرف على الخصائص الديموغرافية لطلبة السنة الأولى ومدى ارتباط هذه الخصائص بالأمل. تكونت عينة الدراسة من (١٣٩) من طلاب الفرقة الأولى بالكلية. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس "سنايدر" للأمل (the Hope Scale)، ومقياس الخصائص الديموغرافية. وأشارت نتائج الدراسة إلى اختلاف مستوى الأمل على مقياس "سنايدر" للأمل لدى عينة الدراسة لصالح الإناث، وأن اختلاف درجة الأمل لدى عينة الدراسة على مقياس "سنايدر" تعود إلى اختلاف الخصائص السيكومترية لديهم. كذلك أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الآداء الأكاديمي والأمل وأنه يمكن التنبؤ بالآداء الأكاديمي من خلال الأمل.

دراسة هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ (٢٠١٥م)

بعنوان: " بناء وتطبيق مقياس الأمل لدى طلبة الجامعة "، هدفت الدراسة إلى بناء وتطبيق مقياس الأمل لدى عينة من طلاب جامعة بغداد وبلغت العينة (٢٠٠) طالب وطالبة منهم (١٠٦) طالب وعدد (٩٤) طالبة، ووفقاً لما اطلعت عليه الباحثتين من مقاييس الأمل لدى طلاب

الجامعة، قامتا بصياغة بنود مقياس للأمل من إعداد الباحثتين، وأشارت النتائج إلى تمتع عينة الدراسة بمستوى عال من الأمل، كما أشارت إلى عدم وجود أثر لمتغير الجنس أو التخصص أو الصف.

دراسة اندريا والنسكي وجيسكا جيناو(Aundreah Walenski & Jessica Genaw , 2015)

بعنوان: " التمايز بين الجنس والعمر في تطور الأمل لخبرات ما بعد الحياة الضاغطة "، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور النوع والعمر في تطور الأمل وقت التعرض للخبرات الحياتية الضاغطة في الحياة، وتكونت عينة الدراسة من طلاب الجامعة وخريجيها وعددهم (٣٣٧) تراوحت أعمارهم ما بين (١٨:٥٠) عام، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الأمل إعداد "سنايدر" (Snyder's Hope Scale). وكانت نتائج الدراسة كالتالي: أن الذكور أكثر شعوراً بالأمل من الإناث حينما يواجهون ضغوط الحياة في تلك المرحلة (طلاب الجامعة) نظراً لقدرتهم على التماسك أكثر من الإناث، حيث أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق فردية في متغير النوع لدى عينة الدراسة على مقياس "سنايدر" تعود لصالح الذكور، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق فردية في متغير العمر لدى عينة الدراسة، حيث أشارت النتائج إلى أن الأفراد الأكبر سناً والذين تعرضوا للعديد من الخبرات في الحياة هم الأكثر قدرة على التعامل مع ضغوط الحياة وأكدت الدراسة على ضرورة عمل دراسات أخرى لأعمار مختلفة نظراً لمحدودية العينة بتلك المرحلة العمرية.

٢- دراسات تناولت الذكاء الوجداني (Intelligence Emotional)

يعد الذكاء الوجداني مصدراً فعالاً لحياة تسودها قيم النجاح والكفاءة، وعاملاً واقياً من مختلف المشكلات السلوكية التي قد يتعرض لها الفرد، في عصر تسوده الضغوط والتوترات، ذلك أن الذكاء الوجداني يعد جوهر تنمية قدرة الفرد على التوافق والتكيف مع المتغيرات البيئية، وإقامة علاقات اجتماعية مستقرة مع من حوله، وعليه توجهت إليه أنظار الكثيرين من علماء النفس والتربية العرب والأجانب بالبحث والدراسة، كما سيتم عرضه بشيء من التفصيل كما يلي:

دراسة كياروشا وتشان وبيجار (Ciarrochi, Chan & Bajgar, 2001)

بعنوان: " قياس الذكاء الوجداني لدى المراهقين"، أجريت الدراسة بهدف قياس الذكاء الوجداني لدى المراهقين وعلاقته بالدعم الاجتماعي وتقدير الذات والمهارات الإيجابي والرضا عن الحياة، أجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها (١٣١) مراهقاً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وقاما الباحثان بإعداد مقياس للذكاء الوجداني وبعد تطبيق أدوات الدراسة توصلت النتائج إلى وجود ارتباط دال إحصائي بين أبعاد الذكاء الوجداني وسمة القلق وتقدير الذات ما عدا بعد "فهم العواطف" لم يرتبط بأي منهما، وكما توصلت الدراسة عن تفوق الإناث في كل أبعاد الذكاء الوجداني والدعم الاجتماعي ما عدا بعد "تنظيم العواطف"؛ حيث كانت الفروق في اتجاه الذكور، وارتبط الذكاء الوجداني بكل من المهارات الاجتماعية، والدعم الاجتماعي، والرضا عن الحياة واحترام الذات.

دراسة مارك وآخرون (Marc. A. et al , 2003)

بعنوان: " الذكاء الوجداني وعلاقته بالسلوك اليومي، الشخصية والفروق الفردية بين الأشخاص "، هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الذكاء الوجداني في التعرف على أنماط السلوك اليومي من أنشطة أكاديمية وعلاقات شخصية لعينة من طلاب الجامعات بلغت (٣٣٠) فرداً في ضوء عوامل الشخصية الخمس الكبرى، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وكانت نتائج الدراسة كالتالي: شكل الذكاء الوجداني كمنبئ بدرجة عالية على عوامل الشخصية الخمس الكبرى والتحصيل الدراسي، وأنه يمكن التنبؤ من خلال الذكاء الوجداني لمعايير قضاء أوقات الحياة بصفة عامة ولكن بنسبة يختلف فيها الذكور عن الإناث، حيث ارتبطت طريقة قضاء الذكور لأوقاتهم بالسلوكيات السلبية من مخدرات وأعمال غير مشروعة على خلاف الإناث.

دراسة براكيت (Brackett, 2005)

بعنوان: " علاقة الذكاء الوجداني بنوعية العلاقة بين الزوجين "، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على قدرة الذكاء الوجداني على التنبؤ بنوعية العلاقة بين الأزواج، كما هدفت أيضاً إلى المقارنة بين مستويات هؤلاء الأزواج في الذكاء الوجداني، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي

بشقية التحليلي والمقارن لتحقيق أهدافها، أوضحت النتائج أن الزوجات حصلن على درجات مرتفعة جوهريا في الذكاء الوجداني بالمقارنة بالأزواج، وأن الأزواج (سواء من الرجال أو النساء) المنخفضون في الذكاء الوجداني حصلوا على درجات منخفضة في نوعية العلاقات العميقة والمساندة الاجتماعية، بينما حصلوا على درجات مرتفعة في الصراع والعلاقات السلبية، أما فيما يخص كفاءة القدرات الانفعالية في التنبؤ بنوعية العلاقة بين الأزواج، فقد كشفت نتائج الدراسة أيضاً عن أن الانفعالات الإيجابية والاتزان الانفعالي والاتصال والأمن ترتبط جميعها بالسعادة الزوجية، بينما ترتبط السمات الانفعالية السلبية مثل الاندفاعية والاكتئاب بسوء التوافق بين الزوجين.

دراسة كوردوفا (Cordova, 2005)

بعنوان: " مهارات الذكاء الوجداني في الزواج "، هدفت هذه الدراسة إلى الوقوف على دور مهارات الذكاء الوجداني في الزواج، وعلاقة الذكاء الوجداني بالرضا الزواجي، لدى عينة مكونة من(٩٢) زوجاً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، واستخدمت الدراسة مقياس الذكاء الوجداني إعداد الباحث، وأوضحت النتائج أن القدرة على المماثلة أو المطابقة والقدرة على التواصل الانفعالي ترتبطان بالتوافق مع الذات ومع شريك الحياة وتبين أن العلاقة بين المهارات الانفعالية والتوافق الزواجي تتوقف على ما يعرف بأمان العلاقات الحميمة لكل من الأزواج والزوجات.

دراسة أوستن وساكلوفسكا وإيجان (Austin, Saklofske, & Egan, 2005)

بعنوان: " العلاقة بين الذكاء الوجداني كسمة، وكلاً من السعادة، والصحة، والشخصية، والرضا عن الحياة "، هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني كسمة، وبين السعادة، الصحة، الشخصية، والرضا عن الحياة، وعدم القدرة على التواصل، والتعبير العاطفي، وأجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها (٥٠٠) من الكنديين، وعينة اسكتلندية بلغ قوامها (٢٠٤)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقاييس الذكاء الوجداني، السعادة، والرضا عن الحياة، وكشفت النتائج عن: وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني بالرضا عن الحياة ونوعية الدعم الاجتماعي وحجمه، بينما وجدت علاقة ارتباطية سلبية بشرب الكحول وعدم القدرة على التواصل والتعبير عن العواطف، وكما ارتبط الذكاء

الوجداني وأبعاده الفرعية إيجابياً بأربعة عوامل للشخصية وهي: الانبساطية، ويقظة الضمير، والطيبة، والتفتح للخبرة، وسلبياً بالعصابية، وكما ارتبط الذكاء الوجداني بكل من الصحة، والذهاب لاستشارة الطبيب كمؤشرات للاهتمام بالصحة، وكما ارتبطت الصحة والرضا عن الحياة سلبياً بالعصابية، وإيجابياً بكل من الانبساطية، ويقظة الضمير، والطيبة، والتفتح للخبرة.

دراسة تشامورو وآخرون (Chamorro et al, 2007)

بعنوان: " العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بكل من الذكاء الوجداني والسعادة "، وهدفت الدراسة التي أجراها إلى: تعرف العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكل من الذكاء الوجداني والسعادة، وأجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها (١١٢) تتراوح أعمارهم بين (١٣-٥٩)، وشملت العينة (٥٠%) من طلاب جامعة لندن، وبقية العينة من عامة السكان، وغالباً من أفراد عائلة، أو أقارب المشاركين من الطلاب، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهدافها، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: وجود أربعة عوامل من العوامل الخمسة الكبرى ارتبطت بكل من الذكاء الانفعالي والسعادة وهي "الانبساطية، ويقظة الضمير، والاتزان الانفعالي، والطيبة"، وكما ارتبط مقياس "العواطف الذاتية، ويقظة الضمير" بالسعادة الشخصية.

دراسة عبد العظيم سليمان المصدر (٢٠٠٨م)

بعنوان: " الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة "، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني ومجموعة من المتغيرات الانفعالية تمثلت في وجهة الضبط وتقدير الذات والخجل، وبلغت العينة (٢١٩) طالباً وطالبة من طلاب المستوى الثالث بكلية التربية بجامعة الأزهر بغزة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وقد تم استخدام مجموعة من المقاييس للحصول على البيانات من أفراد العينة وهي: مقياس وجهة الضبط إعداد "نويكي ودوك" (Nowicki & Duke, 1974) وتعريب "رشاد موسى وصلاح أبوناهية" (١٩٨٧م)، مقياس الذكاء الوجداني إعداد "فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م) بعد إعادة تقنينه على عينة الدراسة، مقياس الخجل إعداد "حسين الدريني" (١٩٨٧م)، ومقياس تقدير الذات إعدا الباحث، كما تم استخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة، وقد توصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الذكاء الوجداني لصالح الذكور ووجود فروق ذات دلالة إحصائية

بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء الوجداني في تقدير الذات لصالح ذوي الذكاء الوجداني المرتفع، وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء الوجداني في وجهة الضبط والخجل، ووجود تأثير دال إحصائيا للذكاء الوجداني على كل من وجهة الضبط وتقدير الذات والخجل.

دراسة عباس نوح الموسوي (٢٠٠٨م)

بعنوان: " قياس مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلاب الجامعة "، هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة وفقاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمرحلة الدراسية، واستخدم المنهج الوصفي لتحقيق أهداف الدراسة، وكانت عينة الدراسة (٣٣٤) طالب وطالبة موزعين وفقاً للجنس والتخصص والفرقة الدراسية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقارن لتحقيق أهدافها، وكانت أداة الدراسة المستخدمة مقياس الذكاء الوجداني إعداد الباحث، وأشارت نتائج الدراسة إلى: أن طلاب الجامعة عينة الدراسة يتمتعون بمستويات معتدلة من الذكاء الوجداني، وأنه لا يوجد أثر للجنس ولا للفرقة الدراسية في مستويات الذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة، إلا أنه توجد فروق دالة إحصائياً لأثر التخصص لدى أفراد العينة لصالح التخصص الانساني (الأدبي).

دراسة سيلك ودينز (Seher Celik& Engin Deniz, 2008)

بعنوان: " دراسة مقارنة بين الكشافة في الذكاء الوجداني في ضوء متغيري العمر والنوع: دراسة عبر ثقافية "، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات الذكاء الوجداني عبر بيئات ثقافية مختلفة، وعلاقته بمتغيرات العمر والنوع في معسكر للكشافة أقيم في تركيا، وقد بلغت عينة الدراسة (٢١٥) تراوحت أعمارهم ما بين (١١:٢٠) عاماً، وقد بلغت العينة التركية (٩٠) كشافاً (٤٥ ذكور،٤٥ إناث) بمتوسط عمري (١٦-١٧)، أما العينة من الجنسيات الآخرى فقد بلغ مجموعها (١٢٥) كشافاً (أمريكا: ١٣، البرتغال: ٢٣، انجلترا: ٦٥، هولندا: ٧، النرويج: ٧، وايرلندا: ١٠) باجمالي (٧٤ ذكور، ٥١ إناث)، بمتوسط عمري (١٤-٤٧) عاماً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن لتحقيق أهدافها، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الذكاء الوجداني في الجنسيات المختلفة وكانت مستويات الذكاء الوجداني لدى الكشافة التركية أعلى بشكل كبير من مستويات باقي الجنسيات، وقد وجد أن الذكاء الوجداني لدى

ذكور الكشافة التركية أعلى من ذكور الكشافة من جنسيات أخرى، وأن مستوى الذكاء الوجداني لدى إناث الكشافة التركية أعلى من إناث الكشافة من جنسيات أخرى. أما بالنسبة لمتغيري النوع فقد أظهرت الدراسة أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى الذكاء الوجداني أى أن النوع ليس له تأثير ذو دلالة إحصائية على الذكاء الوجداني، كما توصلت النتائج إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الذكاء الوجداني فيما يتعلق بمتغير العمر.

دراسة جالاهار وفيلا – برودراك (Gallagher & Vella-Brodrick, 2008)

بعنوان: " الذكاء الوجداني والدعم الاجتماعي كمنبئات للسعادة الشخصية "، وهدفت الدراسة إلى التعرف على مدى قدرة الذكاء الوجداني والدعم الاجتماعي على التنبؤ بالسعادة الشخصية، وأجريت على عينة حجمها (٢٦٧) معظمها من طلاب الجامعة، والدراسات العليا بنسبة (٧٦.٢%) من المشاركين، وتراوحت أعمار عينة الدراسة بين (١٨-٨٠) عاماً، بمتوسط عمري قدره (٤١.٥٢) عاماً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود أثر لمتغيري "الدعم الاجتماعي والذكاء الوجداني، والتأثير الإيجابي والسلبي" على متغير "السعادة" بمستوى ذات دلالة إحصائية بالنسب التالية وهي على التوالي (٤٤%)، و(٥٠%)، و(٥٠%)، وكما أشارت النتائج أيضاً إلى أن هناك علاقة موجبة دالة احصائياً بين كلاً من الدعم الاجتماعي والسعادة الشخصية، وأن الذكاء الوجداني كمتغير لديه القدرة على التنبؤ بالسعادة الشخصية لدى عينة الدراسة، ولكن الدعم الاجتماعي ربما لا يكون ضرورياً بشكل دائم للتنبؤ بالسعادة الشخصية.

دراسة ليليان (Leilani Kuuipo Ordaway, 2008)

بعنوان: " الذكاء الوجداني وعلاقته بمستوى الكورتيزول وحالة المزاج في المواقف الضاغطة "، وهدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني ومستوى الكورتيزول وحالة المزاج أثناء التعرض لضغط حاد، افترضت هذه الدراسة أن ارتفاع الذكاء الوجداني يرتبط بانخفاض هرمون الكورتيزول والتفاعلات السلبية بسبب زيادة الوعي الذاتي والقدرة على التحكم بالانفعالات ولتحقيق الهدف طبقت أدوات الدراسة على عينة من الذكور (١٥٧) تراوحت أعمارهم بين (١٦–٢٠) عاماً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، واستخدمت اختبار (بار– أون) لقياس الذكاء الوجداني، واختبار الضغط الاجتماعي "لترابر"، وقد أسفرت نتائج الدراسة

عن أن الذكاء الوجداني يتحكم بمستوى الكورتيزول، ولكن لم تثبت علاقة عكسية بينهما حيث أن الزيادة في مستويات الكورتيزول لم ترتبط مع انخفاض مستوى الذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة.

دراسة مصطفي رشاد الأسطل (٢٠١٠م)

بعنوان: " الذكاء الوجداني وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعات غزة"، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني ومهارات مواجهة الضغوط لدى طلاب كليات التربية بجامعات غزة، ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لطبيعة الدراسة، وقد تألفت عينة الدراسة من (٤٠٣) من طلاب كليات التربية بجامعات غزة (الجامعة الإسلامية- جامعة الأقصى- جامعة الأزهر) من المستوى الرابع (١١٩) طالباً و(٢٨٤) طالبة. وقد استخدم الباحث مقياس الذكاء الوجداني من إعداد "فاروق عثمان ومحمد عبد السميع" (٢٠٠١م) ومن تقنين "عبد العظيم المصدر وآمال جودة" (٢٠٠٧م) على البيئة الفلسطينية، وقام الباحث بالاستعانة بهذا المقياس، ومقياس مهارات مواجهة الضغوط من إعداد الباحث، وكانت نتائج الدراسة كالتالي: ارتفاع مستوى الذكاء الوجداني ومهارات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة، ووجود علاقة ارتباطية طردية بين مستوى الذكاء الوجداني ومهارات مواجهة الضغوط، وكذا وجود أثر لمتغيري الجنس والجامعة على كل من مستوى الذكاء الوجداني ومهارات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة.

دراسة هدى عبدالرحمن أحمد (٢٠١١م)

بعنوان: " الذكاء الوجداني وعلاقته بالأمن النفسي لدى طالبات كلية التربية بجامعة الملك عبدالعزيز "، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستويات الذكاء الوجداني ومستوى الأمن النفسي لدى طالبات كلية التربية بجامعة الملك عبدالعزيز، والتعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني والأمن النفسي، وقد بلغت عينة الدراسة (١٢٧) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة الملك عبدالعزيز، وتراوحت أعمارهن ما بين (٢٢-٢٤) عام، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وقد استخدمت الباحثة في الدراسة مقياسان الأول لقياس الذكاء الوجداني إعداد "فاتن فاروق عبدالفتاح" (د . ت)، ومقياس الأمن النفسي إعداد "زينب محمود شقير"(٢٠٠٥م)، وتوصلت الباحثة إلى أن مستويات الذكاء الوجداني عال بالنسبة لعينة الدراسة على خلاف مستوى الأمن النفسي فكان بدرجة بسيطة، كما أكدت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية طردية بين الذكاء الوجداني والأمن النفسي.

دراسة أيمن غريب ناصر (٢٠١١م)

بعنوان: " الذكاء الوجداني كمنبئ بمهارات إدارة الضغوط لدى طلاب جامعة الأزهر "، هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين الذكاء الوجداني وإدارة الضغوط ومعرفة درجة ودلالة الفروق بين السنوات الدراسية وبين الجنسين على متغيرات الدراسة من الذكاء الوجداني، وإدارة الضغوط والتحقق من امكانية التنبؤ بدرجات الطلاب على إدارة الضغوط من خلال درجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني.

وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٢) طالب وطالبة من طلاب جامعة الأزهر (١١٢) من الذكور،(٩٠) من الإناث، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، واستخدمت الدراسة مقياس (بار– أون) للذكاء الوجداني، ومقياس للضغوط من إعداد الباحث، وكانت نتيجة الدراسة كالتالي: وجود علاقة ارتباطية دالة بين متغيرات الذكاء الوجداني وإدارة الضغوط، كما وجدت فروق دالة بين أسلوب الدراسة وبين الجنسين عليها، وأمكن التنبؤ بمتغيرات إدارة الضغوط عبر متغيرات الذكاء الوجداني.

دراسة دونالدز وآخرون (Donald S. Tompkins et al, 2011)

بعنوان: " مقارنة الذكاء الوجداني بين الطلاب الجامعيين في كل من أمريكا وتركيا "، هدفت الدراسة الحالية إلى المقارنة بين طلاب إدارة الأعمال في الجامعة الأمريكة مقابل التركية في الذكاء الوجداني وقد تكونت العينة من (١٢٨) طالباً منهم (٦٦) من الجنسية الأمريكية (٤١ من الذكور، ٢٥ من الإناث) ، (٦٢) من التركية (٣٥ من الذكور، ٢٧ من الإناث)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقارن لتحقيق أهدافها، وقد استخدم مقياس للذكاء الوجداني مستنداً لنموذج القدرة إعداد "ماير وسالوفي"، وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة الأمريكيين والطلاب التركيين لصالح طلاب الجامعة الأمريكيين، وقد أرجعت هذه الفروق إلى اختلاف الثقافة التركية والأمريكية على أبعاد مقياس هوفستد الثقافية للفروق الجماعية / الفردية، حيث أنتمت الثقافة التركية إلى الثقافات الجماعية، أما الثقافة الأمريكية فقد انتمت إلى الثقافات الفردية التي تتسم بعدة سمات منها جعل الفرد أكثر قدرة على تحليل العواطف الخاصة بهم.

دراسة عدنان محمد القاضي (٢٠١٢م)

بعنوان: " الذكاء الوجداني وعلاقته بالاندماج الجامعي لدى طلاب كلية التربية، جامعة تعز "، هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الذكاء الوجداني ومستوى الاندماج الجامعي ثم التعرف على علاقة الذكاء الوجداني والاندماج الجامعي والفروق في الذكاء الوجداني لدى الطلاب المستجدين في كلية التربية جامعة تعز وفقًا لمتغير الجنس (ذكور– إناث) والتخصص (علمي – إنساني) حيث تكونت عينة البحث من (٣٤٠) طالب وطالبة من التخصصات العلمية والإنسانية في كلية التربية، خلال العام (٢٠١٠–٢٠١١م). واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهدافها، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية: مقياس (بار– أون) (Bar- On, 1997) للذكاء الوجداني بأبعاده الخمسة الرئيسة، مقياس الاندماج الجامعي (إعداد الباحث)، وكانت نتائج الدراسة: أن طلاب كلية التربية المستجدين لديهم مستوى منخفض من الاندماج الجامعي، وكذلك مستوى منخفض من الذكاء الوجداني، كما توصل البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الذكاء الوجداني والاندماج الجامعي لدى الطلبة المستجدين في كلية التربية جامعة تعز، وكذا أظهرت النتائج أثر الجنس على مستويات الذكاء الوجداني ومستوى الاندماج الجامعي، في حين لم يكن للتخصص أي أثر على متغيرات الدراسة الأساسية.

دراسة فادي سعود سماوي (٢٠١٣م)

بعنوان: " السعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني والتدين لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية "، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين السعادة من جهة والذكاء الوجداني والتدين من جهة أخرى لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية في عمان/ الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (٦٥٠) طالب وطالبة للعام الدراسي (٢٠١٢/٢٠١١م) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهدافها، واستخدمت الدراسة مقاييس قائمة أكسفورد للسعادة إعداد "أرجايل وهليز" (Argyle and Hills, 2001) ، مقياس الذكاء الوجداني من إعداد (بار–أون) (Bar- On, 2000) ومقياس التدين إعداد الباحث، وأشارت النتائج إلى المستوى المرتفع في التدين، والذكاء الوجداني، والمتوسط في السعادة، ووجود علاقة بين السعادة وكل من الذكاء الوجداني والتدين، وعدم وجود اختلاف في العلاقة بين السعادة والذكاء الوجداني والتدين باختلاف الجنس، واختلافها في التخصصات لصالح التخصصات الفقهية بين السعادة والتدين.

دراسة إبراهيم باسل أبو عمشة (٢٠١٣م)

بعنوان: " الذكـاء الاجتماعي والذكـاء الوجداني وعلاقتـهما بالشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة في محافظة غزه "، وهدفت الدراسة الحالية إلى دراسة الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني وعلاقتهما بالشعور بالسعادة لذلك تسعى الدارسة إلى تحقيق ما يلي: التعرف على مستوى المتغيرات السابقة وطبيعة العلاقات فيما بينها لدى عينة الدراسة وفق متغيرات الجنس والتخصص والجامعة ومدى امكانية التنبؤ بالسعادة من خلال الذكاء الاجتماعي والوجداني، وقد بلغ عدد أفراد العينة (٦٠٣) من طلبة الجامعات في محافظة غزة (٢٩٠) طالباً وطالبة، الجامعة الإسلامية (٣١٣)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وقد استخدم الباحث أدوات الدراسة وهي: مقياس الذكاء الاجتماعي من إعداد الباحث، ومقياس الذكاء الوجداني من إعداد الباحث، ومقياس "أكسفورد" للسعادة تعريب "أحمد محمد عبد الخالق" (٢٠٠١م)، وتوصل الباحث للنتائج التالية: وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني بأبعاده ودرجته الكلية والدرجة الكلية للشعور بالسعادة لدى أفراد العينة، توجد فروق في الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والشعور بالسعادة تبعاً لمتغير الجامعة لصالح طلبة جامعة الأزهر من أفراد العينة، لا توجد فروق في الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والشعور بالسعادة تبعاً لمتغير الكلية لدى أفراد العينة.

دراسة حمزه سليم الزغيلات (٢٠١٦م)

بعنوان: " دراسة تحليلة لمستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة"، هدفت الدراسة للتعرف على مستوى الذكاء الوجداني لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، وفقاً لمتغيرات النوع الاجتماعي، السنة الدراسية، التقدير الدراسي، والرغبة في التخصص، وتكونت العينة من (٤١٥) طالب وطالبة في كلية علوم الرياضة /جامعة مؤتة، استخدم الباحث المنهج الوصفي بصورته المسحية لملاءمته لطبيعة وأهداف الدراسة، وتمثلت أدوات الدراسة المستخدمة في مقياس الذكاء الوجداني إعداد (بار– أون) والذي ترجمه للغة العربية "الهاجري" (٢٠٠٧م)، وأظهرت النتائج أن الطلاب في جامعة مؤتة يتمتعون بمستوى متوسط من الذكاء الوجداني، كما أظهرت النتائج أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الوجداني ولصالح الإناث، وكذلك على متغير السنة الدراسية ولصالح الفرقة الرابعة، وأيضاً على متغير

التقدير ولصالح الامتياز، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعود لمتغير الرغبة في التخصص.

٣- دراسات تناولت قلق المستقبل (Future Anxiety)

لقد أضحى القلق سمة أساسية من سمات عصرنا الحالي، ذلك العصر الذي تنوعت فيه الضغوط وتزايدت يوماً عن الآخر، وكان لتزايد مطالب الحياة والآمال العريضة التي يضعها الفرد لمستقبله وما يقابل ذلك من خبرات حياتية ماضية غير سارة، والتحديات الناتجة عن واقع مؤلم تسوده مختلف المشكلات الاقتصادية والاجتماعية، مما أدى بالأفراد لمواجهة مختلف الضغوط والأحداث الحياتية التي جعلتهم يشعرون بالتوتر والضيق وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن لما قد يحدث في المستقبل، صاحب ذلك استغراقهم في التفكير السلبي تجاه الأحداث المستقبلية، وهو ما يمكن أن نطلق عليه اصطلاحاً قلق المستقبل.

دراسه جامسون وآخرون: (Jameson, et. Al, 2007)

بعنوان: " العلاقة بين قلق المستقبل والتوجه نحو الأفكار الانتحارية لدى البالغين "، وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة التي تربط بين قلق المستقبل والتوجه نحو الأفكار الانتحارية، وذلك على عينة من رواد العيادات النفسية قدرها (٢٠٢)، تتراوح أعمارهم ما بين(٣٠-٥٠) عاماً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط قوي بين التوجه نحو المستقبل والاكتئاب وارتفاع معدل التوجه نحو الأفكار الانتحارية، كما أكدت الدراسة على عدم وجود فروق بين الجنسين في التوجه نحو الانتحار، بينما أكدت أن متغير السن له تأثير كبير في التوجه نحو الانتحار وخاصة بين الشباب.

دراسه عرفات محمد السبعاوي (٢٠٠٨م)

بعنوان: " قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي"، هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية بشكل عام، كما هدفت إلى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية مع التعرف على أثر متغيري الجنس والتخصص (علمي-انساني)، وكانت عينة الدراسة (٥٧٨) طالباً وطالبة بنسبة قدرها (١٥,٢٧%) من المجتمع الأصلي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس قلق المستقبل إعداد "الخالدي" (٢٠٠٢م)، وكانت نتائج الدراسة

هي: وجود مستوى عال من قلق المستقبل لدى أفراد العينة، وأثبتت الدراسة أيضاً وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل وأن هناك أثر للمتغيرات الديموجرافية كالتخصص الدراسي والجنس.

دراسه نسرين محمد إبراهيم (٢٠٠٨م)

بعنوان: " قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية والاقتصادية لدى طلاب الجامعة "، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل ووجهة الضبط (الداخلي- الخارجي) كأحد المتغيرات النفسية، وأيضاً بأساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء كأحد المتغيرات الاجتماعية، وذلك في ضوء المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة، عن طريق الدراسة السيكومترية. تألفت عينة الدراسة من (٢٥٠) طالب وطالبة، من كلية (التربية – التجارة – الألسن – الآداب)، جامعة عين شمس منهم (١٣١) من الذكور، وعدد (١١٩) من الإناث، تراوحت أعمارهم ما بين (١٩-٢٣) عاماً. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وكانت أدوات الدراسة مقياس قلق المستقبل للشباب إعداد الباحثة، مقياس وجهة الضبط (الداخلي- الخارجي) إعداد الباحثة، مقياس أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء إعداد الباحثة، ومقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة إعداد "عبد العزيز الشخص" (٢٠٠٦م). وأشارت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في قلق المستقبل ترجع إلى متغير المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة، لصالح المستوى الأدنى. كما أثبتت وجود علاقة موجبة بين قلق المستقبل وكلاً من وجهة الضبط (الداخلي – الخارجي)، وأساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء. وبينت وجود فروق في متوسطات درجات قلق المستقبل بين طلاب الجامعة ترجع إلى النوع وذلك لصالح الذكور.

دراسة غالب بن محمد المشيخى (٢٠٠٩م)

بعنوان: " قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف "، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل وكلاً من فاعلية الذات ومستوى الطموح وفقاً لبعض المتغيرات، وبلغت العينة (٧٢٠) طالبً منهم (٤٠٠) طالب من كلية العلوم وعدد (٣٢٠) من طلاب كلية الآداب جامعة الطائف، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس قلق المستقبل إعداد الباحث،

مقياس فاعلية الذات إعداد "عادل العدل" (٢٠٠١م)، ومقياس مستوى الطموح إعداد "معوض عبدالعظيم" (٢٠٠٥م)، وكانت نتائج الدراسة هي: وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين قلق المستقبل وكلاً من فاعلية الذات ومستوى الطموح، وكذا وجود أثر لمتغيرات لتخصص والسنة الدراسية في متغيرات الدراسة، وأخيراً يمكن التنبؤ بقلق المستقبل في ضوء فاعلية الذات ومستوى الطموح.

دراسة خالد بن الحميدي العنزي (٢٠١٠م)

بعنوان: " إدراك القبول – الرفض الوالدي والأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة الحدود الشمالية "، هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين القبول – الرفض الوالدي والأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل والتحقق من مدى امكانية التنبؤ بالأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل من إدراك القبول – الرفض الوالدي. تكونت عينة الدراسة من (٣٦٠) طالباً منهم (١٩٥) من طلاب كلية التربية والآداب وعدد (١٦٥) من طلاب كلية العلوم بجامعة الحدود الشمالية. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، واشتملت أدوات الدراسة على استبيان القبول – الرفض الوالدي إعداد "رونالد ب. رونر" ترجمة "ممدوحة سلامة" (١٩٨٦م)، ومقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد "سليمان الريحاني" (١٩٨٥م)، ومقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير"(٢٠٠٥م). وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين إدراك القبول الوالدي من قبل (الأب والأم) وقلق المستقبل، توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدراك الرفض الوالدي من قبل (الأب والأم) وقلق المستقبل، توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية والآداب ومتوسطات طلاب كلية العلوم في قلق المستقبل، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية والآداب وطلاب كلية العلوم في قلق المستقبل تبعاً للسنة الدراسية، يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال إدراك القبول – الرفض الوالدي.

دراسة جريفز وآخرون (Kirstin Greaves et al, 2010)

بعنوان: " أثر المتغيرات الفسيولوجية في خفض أو ارتفاع منسوب القلق لدى عينة من الفتيات "، وهدفت الدراسة إلى معرفة أثر عدد من المتغيرات الفسيولوجية في خفض أو ارتفاع

منسوب القلق لدى عينة من الفتيات في هولندا. ولتحقيق هدف هذه الدراسة فقد طور الباحثون استبانة طبقت على (٩٦٥) فتاة تتراوح أعمارهن من (١٠-١٤) عام. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود ارتباط بين معدل المتغيرات الفسيولوجية وقلق المستقبل، وانخفاض معدل ضربات القلب كمتغير للتنبؤ بمستويات القلق من المستقبل لدى المراهقات.

دراسه عاطف مسعد الحسيني (٢٠١١م)

بعنوان: " فاعلية العلاج بالمعنى في تخفيف القلق من المستقبل لدى طلاب الجامعة "، هدفت الدراسة إلى استخدام منحى علاجي في محاولة للتصدي لظاهرة قلق المستقبل وهو العلاج بالمعنى، والتحقق من فاعلية العلاج في خفض قلق المستقبل لدى عينة من الشباب الجامعي. وتكونت عينة الدراسة من حوالي (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، ممن يعانون من ارتفاع في مستوى قلق المستقبل. واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي لتحقيق أهدافها، وشملت أدوات الدراسة على برنامج للعلاج بالمعنى، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس قلق المستقبل إعداد الباحث، ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة إعداد "عبد العزيز الشخص". وأثبتت نتائج الدراسة فاعلية برنامج العلاج بالمعنى في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من الشباب الجامعي، وأثبتت أنه لا يوجد تأثير لمتغير النوع (ذكور / إناث) على فاعلية البرنامج المستخدم.

دراسة عفراء إبراهيم خليل (٢٠١١م)

بعنوان: " مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة "، استهدف البحث الحالي التعرف على مستوى الإيجابية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، وهل يختلف مستوى الإيجابية وقلق المستقبل باختلاف الجنس والتخصص الدراسي، فضلاً عن التعرف على العلاقة الارتباطية بين المتغيرين. تألفت عينة البحث من (٩٩٠) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، ولتحقيق أهداف البحث تم بناء مقياسين أحدهما لقياس ا مستوى الإيجابية والآخر لقياس قلق المستقبل، وتم استخراج دلالات الصدق والثبات للمقياسين. وقد أشارت نتائج البحث إلى تمتع الطلاب عينة البحث بمستوى من

الإيجابية أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، كما أظهرت النتائج إنَّ قلق المستقبل لدى أفراد العينة أقل من المتوسط الفرضي للمقياس فضلاً عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المتغيرين.

دراسة نيفين عبدالرحمن المصري (٢٠١١م)

بعنوان: " قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر "، هدفت الدراسة للتعرف على قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي وفق بعض المتغيرات مثل الجنس والمستوى الاجتماعي والاقتصادي والتخصص، وكانت عينة الدراسة قدرها (٦٢٦) طالباً وطالبة من طلاب جامعة الأزهر بنسبة تمثل (٥,٥١%) من المجتمع الأصلي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م)، مقياس فاعلية الذات إعداد الباحثة، ومقياس مستوى الطموح الأكاديمي إعداد الباحثة، وكانت نتائج الدراسة: وجود علاقة ارتباطية سالبة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح الأكاديمي وفاعلية الذات عدا البعد المتعلق بالمشكلات الحياتية فهو غير دال إحصائياً.

دراسة سميرة بنت محمد اللحياني (٢٠١٢م)

بعنوان: " قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الانجاز والضغوط النفسية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى "، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل وكلاً من دافعية الإنجاز والضغوط النفسية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات مثل التخصص والمستوى الجامعي، وكانت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالبة في كليات الآداب والعلوم المستوى (الثالث–السابع)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وكانت أدوات الدراسة هي: مقياس قلق المستقبل إعداد "غالب المشيخي" (٢٠٠٩م)، مقياس دافعية الإنجاز إعداد "عبداللطيف خليفة" (٢٠٠٥م)، ومقياس الضغوط النفسية إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٢م)، وكانت نتائج الدراسة كالتالي: عدم وجود علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل ودافعية الإنجاز في حين وجدت علاقة ارتباطية موجبة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية لدى عينة الدراسة، لا توجد فروق لدى عينة الدراسة في قلق المستقبل والضغوط النفسية تعود لمستوى التخصص، في حين وجود فروق لدى عينة الدراسة في دافعية الإنجاز تعود للمستوى الجامعي.

دراسة محمد بن علي معشي (٢٠١٢م)

بعنوان: " قـــلق المستـقبل لـــدى الطالـــب المعـــلم وعلاقتـــــه ببـــعض المتغيرات"، هـدف البحـث إلـى معرفـة مسـتوى درجـة قلـق المسـتقبل لـدى الطالـب المعلـم واخـتلاف درجـة قلـق المستقبل بـاختلاف العمر والتخصـص الأكـاديمي والمعدل التراكمـي، وكانـت عينـة الدراسـة عددها (١٠٩) طالباً تحت التخرج من كلية المعلمين بجامعة جازان بالمملكة العربية السعودية، واستخدمت الدراسـة المنهج الوصـفي لتحقيق أهدافها، واسـتخدمت الدراسـة مقيـاس قلـق المسـتقبل إعداد "غالـب المشيخي" (٢٠٠٩م)، وتم التوصل إلـى النتائج التاليـة: يوجد مستوى عالٍ من قلق المستقبل لدى الطلاب المعلمين، لا تختلف درجة قلق المستقبل باختلاف العمر لدى الطلاب المعلمين، لا تختلف درجـة قلـق المستقبل بـاختلاف التخصـص الأكـاديمي لـدى الطـلاب المعلمين، لا تختلـف درجـة قلـق المستقبل باختلاف المعدل التراكمي لدى الطلاب المعلمين.

دراسة محمد أحمد المومني ومازن محمود نعيم (٢٠١٢م)

بعنوان: " قــلق المســتقبل لــدى طـلبة كـلـيات المجـتمع فـي منطقـة الجليــل فـي ضــوء بعض المتـغيرات"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل، وقد تم إعداد استبانه للكشف عن قلق المستقبل لدى أفراد عينـة الدراسـة البالغـة (٤٣٩) طالبـاً وطالبـة، منـهم (٢٠٧) طـلاب، وعـدد (٢٣٢) طالبـات. واسـتخدمت الدراسـة المنـهج الوصـفي لتحقيق أهدافها، وأظهرت نتـائج الدراسـة أن مستوى قلـق المسـتقبل لـدى أفراد العينـة كـان مرتفعاً، حيث جاء المجال الاقتصـادي فـي المرتبـة الأولـى وبدرجـة مرتفعـة، فـي حين جـاء المجـال الأسـري فـي المرتبـة الأخيـرة وبدرجـة مرتفعـة أيضـاً. وأشـارت النتـائج إلـى عـدم وجـود فـروق دالـة إحصـائياً فـي مسـتوى قلـق المسـتقبل الكلـي ترجـع إلـى اخـتلاف متغيـرات التخصـص، أو المسـتوى الدراسي، ووجود فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل الكلي ترجع لاختلاف الجنس لصالح الذكور. وأكدت النتائج أيضـاً إلـى وجود فروق دالـة إحصـائياً فـي المجـالين الاجتمـاعي والاقتصـادي ترجع للجنس، ووجود فروق في مجال العمل ترجع للتخصص، وعدم وجود فروق دالة إحصـائياً فـي جميـع المجـالات ترجـع للمسـتوى الدراسـي. كمـا بينـت النتـائج عدم وجـود فـروق دالـة إحصـائياً فـي مسـتوى قلـق المسـتقبل الكلـي ترجـع للتفـاعلات الثنائيـة والثلاثيـة بـين المتغيـرات المختلفـة موضـع الدراسة.

دراسة إيمان عبد الوهاب محمود (٢٠١٣م)

بعنوان: " قلق المستقبل وعلاقته بضغوط الحياة لدى طلاب الجامعة "، هدفت الدراسة إلى التعرف على قلق المستقبل وعلاقته بضغوط الحياة لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات (كالعمر – الجنس – طبيعة الدراسة) عند شباب الجامعة تتكون العينة من (١٢٠) طالب وطالبة (٦٠) منهم تم اختيارهم من طلاب السنة النهائية من المعهد العالي للخدمة الاجتماعية يمثلون الدراسات النظرية، حيث بلغ متوسط العمر لهم (٢٢.٣) وانحراف معياري (٢.٦) وعدد (٦٠) طالب وطالبة بالسنة النهائية بكلية الصيدلة يمثلون الدراسات العملية حيث بلغ متوسط العمر لهم (٢٣.١) بانحراف معياري (٢.٤)، تم تطبيق مقياسان الأول (قلق المستقبل) إعداد "زينب محمود شقير"، الأخر (مقياس الضغوط الاجتماعية) إعداد "السيد البساطي"، توصلت نتائج الدراسة إلى صحة الفرض الأول ارتفاع مستوى قلق المستقبل لدى عينة الشباب.

دراسة ثواب بن حمود المالكي (٢٠١٣م)

بعنوان: " قلق المستقبل واتخاذ القرار وعلاقتهما ببعض المتغيرات الثقافية لدى عينة من طلاب الجامعة بمحافظة الليث ومحافظة جدة المملكة العربية السعودية "، هدفت الدراسة إلى التعرف على مظاهر قلق المستقبل واتخاذ القرار لدى طلاب الجامعة، معرفة العلاقة بين قلق المستقبل واتخاذ القرار لدى طلاب الجامعة، ومعرفة الفروق في قلق المستقبل واتخاذ القرار بين طلاب الجامعة تبعاً لموقع الجامعة والتخصص ومستوى تعليم الوالدين والعمر. وتمثلت عينة الدراسة من (٦٥٢) طالباً،(٣٠٢) طالب من الكلية الجامعية بالليث، (١٧٦) طالب من الأقسام العلمية و(١٢٦) طالب من الأقسام الأدبية، وعدد (٣٥٠) طالب من جامعة الملك عبدالعزيز، (١٦٣) طالب من كلية العلوم و(١٨٧) طالب من كلية الآداب، وكان المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدم الباحث مقياس قلق المستقبل من إعداد "محمود محي الدين عشري" (٢٠٠٤م) ومقياس اتخاذ القرار من إعداد "سيف الدين يوسف عبدون" (١٩٧٩م). وكانت نتائج الدراسة: أن أبرز مظاهر قلق المستقبل تتعلق في التفكير الكثير في كيفية تحمل المسؤوليات وتبعات تكوين الأسرة، والخوف على الصحة، والخوف من حدوث انحلال اجتماعي بسبب الغزو الثقافي الغربي وما ستكون عليه القيم الأخلاقية في الغد والسعي للتنبؤ بما سيحدث مستقبلاً، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل واتخاذ القرار بالصورة (أ) بالاتجاه العكسي، وكذلك تبين وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل لأفراد العينة الكلية مع اتخاذ القرار

بالصورة (ب) وكذلك بين قلق المستقبل واتخاذ القرار، أما طلاب الكلية الجامعية بالليث التابعة لجامعة أم القرى فقد تبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل واتخاذ القرار بالصورة (ب) فقط، وتبين أنه لا توجد فروق في قلق المستقبل واتخاذ القرار وفقاً للجامعة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات قلق المستقبل وفقاً للتخصص لصالح التخصصات الأدبية.

دراسة محمد عبد العزيز الطالب (٢٠١٣م)

بعنوان: " قلق المستقبل لدى طلبة بعض الجامعات السودانية وعلاقته ببعض المتغيرات"، وهي دراسة وصفية هدفت إلى التعرف على قلق المستقبل لدى طلبة بعض الجامعات السودانية وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية، وقد شمل مجتمعها كل الطلبة النظاميين بالجامعات السودانية، واختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية وكان حجمها (٤٤١) طالبة وطالبة، توزعت بواقع (٢٢٥) طالب، وعدد (٢١٦) طالبة بنسب (٥١%)، (٤٩%) على التوالي، وكان المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي الارتباطي هو المنهج المستخدم في الدراسة، واستخدمت الدراسة أداتين هما: استمارة البيانات الأولية، ومقياس قلق المستقبل والمقتبس من عدة مقاييس أخرى، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: يتسم طلبة الجامعة بارتفاع دال إحصائيًا في قلق المستقبل وجميع أبعاده، وأن هناك أثر للمتغيرات الديمغرافية (مستوى التحصيل، النوع، التخصص)، إذ توجد فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة بين مستويات التحصيل المختلفة لصالح ذوي المستوى المنخفض، وبين الذكور والإناث لصالح الإناث، وبين التخصص العلمي والأدبي لصالح التخصص الأدبي، ولا توجد فروق دالة في قلق المستقبل ترجع لمتغيري (المستوى الصفي، الموطن الأصلي). كما توصلت إلى أنه لا توجد علاقة دالة بين قلق المستقبل والعمر لدى طلبة الجامعة.

دراسة محمد خلف الزواهرة (٢٠١٤م)

بعنوان: " العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية "، هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلاب جامعة حائل، وتكونت العينة من (٤٠٠) طالب وطالبة، وكان المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية إعداد "عماد مخيمر" (٢٠٠٢م)، مقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م) ومقياس مستوى

الطموح إعداد "صباح الرفاعي" (٢٠١٠م)، وأظهرت نتائج الدراسة: وجود علاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل وبين مستوى الطموح لدى طلاب جامعة حائل، وأيضاً وجود فروق ذات دلالة في مستوى الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح ترجع لمتغيرات الجنس والتخصص.

دراسة ملوح مفضي السليحات (٢٠١٥م)

بعنوان: " قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع الخاصة في محافظة العاصمة عمان في ضوء بعض المتغيرات "، هدفت الدراسة إلى تقصي مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع الخاصة في محافظة العاصمة عمان في ضوء بعض المتغيرات من وجهة نظر الطلاب فيها، وبلغت عينة الدراسة (٤٨١) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة المنهج المسحي التحليلي لملاءمته لأهداف الدراسة، وطور الباحث استبانة قلق المستقبل لجمع البيانات إعداد الباحث. وقد أكدت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى قلق المستقبل لدى طلاب كليات المجتمع الخاصة. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير النوع ولصالح الذكور، في حين لا توجد فروق دالة إحصائياً ترجع لمتغير نوع الكلية.

دراسة محمد أحمد المشاقبة (٢٠١٥م)

بعنوان: " جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية"، هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة، ومستوى قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية، وهدفت أيضاً إلى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وهل يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة. تكونت العينة من (٢٨٤) طالباً من طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية، وكان المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي الارتباطي هو المنهج المستخدم في الدراسة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس جودة الحياة إعداد الباحث ومقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م)، وأظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من جودة الحياة لدى طلاب كلية التربية والآداب، ووجود مستوى بسيط من قلق المستقبل لديهم، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيا بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وأنه يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة.

دراسة محمد بن مترك القحطاني (٢٠١٦م)

بعنوان: " قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار غير العقلانية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب وطالبات قسم علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية"، هدف البحث إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) والأفكار غير العقلانية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب قسم علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، اعتمد الباحث على الطريقة العشوائية الطبقية في اختيار أفراد عينة البحث وبلغ حجم العينة (٢٢٤) طالبا وطالبة من قسم علم النفس والمنتظمين بمرحلة البكالوريوس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، وقام الباحث باستخدام أداتي البحث وهما مقياس قلق المستقبل من إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م)، ومقياس الأفكار غير العقلانية من إعداد "هوبر ولاين" (Hooper & Layne) ترجمة وتقنين على البيئة العربية "عبدالله وعبدالرحمن" (٢٠٠٢م) وطبقه على البيئة السعودية "المطيري" (١٤٣٤هـ)، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة (طردية) ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الأفكار غير العقلانية ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل (الدرجة الكلية والأبعاد: القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبلية – قلق الصحة وقلق الموت – القلق الذهني "قلق التفكير في المستقبل")، ولا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الأفكار غير العقلانية ودرجاتهم على بعدي (اليأس من المستقبل– الخوف والقلق من الفشل في المستقبل) من أبعاد مقياس قلق المستقبل، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق أخرى ذات دلالة إحصائية بين المتغيران تبعا للنوع والمستوى الدراسي وأبعاد المقياس.

٤ـ دراسات تناولت العلاقة بين الأمل والذكاء الوجداني وقلق المستقبل

دراسة هشام عبدالرحمن الخولي (٢٠٠٢م)

بعنوان: " الذكاء الوجداني كدالة للتفاعل بين الجنس وتقدير الذات والسعادة والقلق لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية "، هدفت الدراسة إلى تحديد أهم الأبعاد المكونة للذكاء الوجداني وفق متغيرات الجنس وتقدير الذات والسعادة والقلق لدى عينة من الطلاب الجامعيين بكلية التربية ببنها وتكونت العينة من(٢٨٨) طالب وطالبة مقسمة إلى (٢٤) مجموعة فرعية، استخدم في الدراسة المنهج الوصفي بشقيه التحليلي والارتباطي، وتم استخدام الأدوات

التالية: مقياس الذكاء الوجداني لطلاب المرحلة الجامعية من إعداد الباحث ومقياس تقدير الذات، ومقياس السعادة إعداد "ايزنك وويلسون" وترجمة وتعريب الباحث، ومقياس القلق السوي إعداد "سامية القطان" (١٩٨٦م)، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين الجنسين في بعض أبعاد الذكاء الوجداني وعدم وجود فروق في الأبعاد الأخرين، كما أثبتت الدراسة وجود فروق بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي تقدير الذات في أبعاد الذكاء الوجداني لصالح مرتفعي تقدير الذات، كما أثبتت الدراسة وجود فروق ذات دلالة لأبعاد الذكاء الوجداني ومستوى القلق لصالح الطلاب ذوى مستوى القلق المتوسط، وكذا أثبتت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأبعاد الذكاء الوجداني ومستوى السعادة لصالح الطلاب مرتفعي السعادة.

دراسه محمود مسلم الطلالعة (٢٠٠٧م)

بعنوان: " تحري الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي وإيجاد علاقته بالقلق لدى طلبة جامعة مؤتة "، هدفت الدراسة إلى تحري الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الوجداني الذي طوره "فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م) في البيئة المصرية، ودراسة علاقته بالقلق لدى طلاب جامعة مؤتة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة مكونة من (٨٥٠) طالباً وطالبة من طلاب جامعة مؤتة للعام الجامعي (٢٠٠٦ / ٢٠٠٧م)، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية العنقودية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في: مقياس الذكاء الوجداني بعد التحقق من الخصائص السيكومترية له من جانب الباحث، ومقياس القلق متعدد الأبعاد الذي قننته على البيئة الأردنية العضايلة (٢٠٠٤م). وأظهرت نتائج الدراسة تمتع المقياس بمعامل ثبات استقرار بلغت قيمته (٠.٨٠)، ومعامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ بلغت قيمته (٠.٨٤)، وفيما يتعلق بالصدق فقد أشارت النتائج إلى أن المكونات الفرعية للذكاء الوجداني ترتبط مع الذكاء الوجداني ككل بمعاملات ارتباط تراوحت بين (٠.٨٣ – ٠.٦٦)، وإلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين مقياس الذكاء الوجداني ومقياس التوافق الشخصي والاجتماعي. أما علاقة الذكاء الوجداني بالقلق فقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين القلق وكل بعد من أبعاد الذكاء الوجداني. أما نتائج تحليل التباين فأشارت إلى عدم وجود أثر ذو دلالة إحصائية للنوع والكلية والتفاعل بينهما في الدرجة الكلية على المقياس.

دراسة أحمد عبد الخالق وسنايدر (Abdel Khalek & Snyder, 2007)

بعنوان: " المتغيرات المنبئة بالأمل لدى طلاب جامعة الكويت"، وتناولت المتغيرات المنبئة بالأمل لدى عينة من طلاب جامعة الكويت قوامها (٣٢٣) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، واستخدمت الدراسة مقياس الأمل إعداد "سنايدر وآخرون" (Snyder et al., 1991) تعريب "أحمد محمد عبد الخالق"، وكشفت نتائج الدراسة عن: وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة بين الأمل وكل من التفاؤل، وتقدير الذات، والانفعال الإيجابي، والسعادة، والرضا عن الحياة والصحة الجسمية، والنفسية، والتدين، والانبساطية، وعلاقة سالبة مع القلق، والتشاؤم، وكان أفضل منبئ للأمل التفاؤل، يليه الانفعال الإيجابي، وتقدير الذات، وعدم وجود فروق في التفاؤل والأمل، والسعادة، والرضا عن الحياة تعود لمتغير النوع (ذكر، أنثى).

دراسة كوون (Kwon, 2008)

بعنوان: " العلاقة بين الأمل وأساليب الدفاع والاكتئاب والتوافق الاجتماعي"، وتناولت المتغيرات المنبئة والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأمل وأساليب الدفاع والاكتئاب والتوافق الاجتماعي، حيث أجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها (١٧٤) من طلاب الجامعة بقسم علم النفس موزعة كالتالي (٦٦ من الذكور – ١٠٨من الإناث) ولكن نسبة (٨٠ %) من أفراد العينة من القوقاز، وتتراوح أعمار أفراد العينة بين (١٨ – ٤١) عاماً، بمتوسط عمري قدرة (٢٠,٢) عاماً وانحراف معياري (٢,٩)، واستخدمت الدراسة مقياس الأمل ومقياس بيك للقلق ومقياس الاكتئاب وكشفت النتائج عن وجود ارتباط سلبي بين الأمل و كلاً من آساليب الدفاع وقائمة بيك للاكتئاب والقلق، وارتبط الأمل إيجابياً بالتوافق الاجتماعي.

دراسة عبد الرحمن بن عيد الجهني (٢٠١١م)

بعنوان: " الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاضطرابات السلوكية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعتي الملك عبد العزيز والطائف "، هدفت الدراسة الحالية التعرف على أثر مكان الإقامة والجامعة والتفاعل بينهما على الذكاء الوجداني، وأثر تعليم الأم والأب والتفاعل بينهما على الذكاء الوجداني والعلاقة بين الذكاء الوجداني، والاضطرابات السلوكية وقلق المستقبل، والاضطرابات السلوكية، وقد أجريت الدراسة على عينة بلغت (٢١٥) طالباً منهم (٧٠) طالباً من جامعة الملك عبد العزيز(١٤٥) طالباً من جامعة الطائف، من كليات مختلفة بالجامعتين، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، طبق عليهم مقاييس الذكاء الوجداني إعداد "فاروق السيد عثمان

ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م)، وقلق المستقبل إعداد "غالب المشيخي" (٢٠٠٩م)، والاضطرابات السلوكية إعداد "أبوالمعاطي مندوه" (٢٠٠٦م)، وقد أسفرت الدراسة عن عدم وجود تأثير لمتغير مكان الإقامة أو الجامعة أو التفاعل بينهما على الذكاء الوجداني سواء للأبعاد أو الدرجة الكلية، ووجدت دلالة لتفاعل مستوى تعليم الأب مع مستوى تعليم الأم على بعد إدارة الانفعالات من أبعاد الذكاء الوجداني ، بينما لم توجد دلالة لتأثير مستوى تعليم الأم ومستوى تعليم الأب والتفاعل بينهما على بقية الأبعاد، وكانت قيم معاملات الارتباط بين الذكاء الوجداني وقلق المستقبل سالبة ودالة في معظم الأبعاد، وكانت قيم معاملات الارتباط بين الاضطرابات السلوكية وقلق المستقبل موجبة ودالة في معظم الأبعاد.

دراسة موضي بنت محمد القاسم (٢٠١١م)

بعنوان: " الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى "، هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني وكل من السعادة والأمل والكشف عن الفروق في الذكاء الوجداني والسعادة والأمل في ضوء بعض المتغيرات (التخصص الدراسي والمستوى الدراسي) وهدفت أيضاً للتعرف على الفروق بين مرتفعات ومنخفضات الذكاء الوجداني في السعادة والأمل وأبعاده الفرعية وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) من طالبات جامعة أم القرى بواقع (٢٠٠علمي–٢٠٠ادبي) خلال الفصل الثاني للعام الدراسي (١٤٣٠/١٤٣١هـ) وتراوحت أعمارهن بين (١٨–٢٥) بمتوسط عمري قدره (٢٢) عام، وانحراف معياري قدره (١,٨٦)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الذكاء الوجداني إعداد "فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م) وقائمة "إكسفورد" للسعادة تعريب "أحمد محمد عبدالخالق" (٢٠٠٣م) ومقياس الأمل إعداد "سنايدر وآخرون" (Snyder et al., 1991) تعريب "أحمد محمد عبدالخالق" (٢٠٠٤م). وانتهت الدراسة للنتائج التالية: توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني بأبعاده الفرعية وكل من السعادة ومقياس الأمل، وأيضاً خلصت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الأمل (الدرجه الكلية) تبعاً لمتغير التخصص العلمي في اتجاه التخصص الأدبي بينما لم تظهر فروق بين متوسطات درجات الذكاء الوجداني والسعادة وبعدي الأمل وكذا خلصت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية للذكاء الوجداني والسعادة والأمل تبعاً لمتغير المستوى الدراسي (الأول – الرابع)، وإلى وجود فروق دالة إحصائياً

بين متوسطات درجات السعادة والأمل ببعديه لدى (مرتفعات – منخفضات) في اتجاه مرتفعات الذكاء الوجداني.

دراسة أمينة عبدالله بدوي وآخرون (٢٠١١م)

بعنوان: " الأمل والذكاء الوجداني لدى الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات الديموجرافية"، هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الذكاء الوجداني والأمل لدى طلاب جامعة بنها، وكانت عينة الدراسة (٥١٧) منهم (٢٤٦) ذكور وعدد (٢٧١) من الإناث، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، واستخدمت الدراسة مقياس الأمل إعداد " سنايدر وآخرون" (Snyder et al., 1991) وكذلك تم الاعتماد على مقياس سمة الذكاء الوجداني إعداد (Petrides& Furnham, 2006)، وأشارت النتائج إلى: وجود مستويات مرتفعة من الأمل والذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة، وأن العلاقة بين الأمل والذكاء الوجداني هي علاقة ارتباط دال موجب، إلى جانب أن هناك تفاعل مؤثر لمتغيري العمر الزمني والثقافة.

دراسة حسام محمود علي (٢٠١٣م)

بعنوان: " قلق المستقبل الزواجي وعلاقته بالذكاء الوجداني وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من طلبة الجامعة "، هدفت الدراسة إلى معرفة أفراد العينة من قلق المستقبل الزواجي، وطبيعة العلاقة بين قلق المستقبل الزواجي والذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة، والفروق بين الجنسين في قلق المستقبل الزواجي لدى عينة الدراسة، والفروق في قلق المستقبل الزواجي تبعاً لنوع التخصص (أدبي–علمي)، لدى عينة الدراسة، والفروق بين قلق المستقبل الزواجي تبعاً لمكان السكن (ريف–مدينة) لدى عينة الدراسة. وكانت العينة (١٨٠) طالب بجامعة المنيا في العام الدراسي (٢٠١٢/٢٠١٣م)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، واستخدم مقياس قلق المستقبل الزواجي إعداد الباحث، وتوصلت الدراسة إلى: معاناة طلبة الجامعة من قلق المستقبل الزواجي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين قلق المستقبل الزواجي والذكاء الوجداني، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في قلق المستقبل الزواجي لصالح الإناث، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل الزواجي تبعاً لنوع التخصص لصالح التخصص الأدبي، وكذلك فروق بين أفراد العينة تبعاً لمكان السكن في قلق المستقبل الزواجي لصالح المقيمين في المدينة.

دراسة أنا هورديكا وكاترزينا مارتوزكا (Martowska & Horodecka , 2013)

بعنوان: " الرؤية الإنسانية للرجال نحو العوامل المؤدية للنجاح في ضوء الأمل والذكاء الوجداني"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العوامل المؤدية للنجاح في ضوء الأمل والذكاء الوجداني لدى عينه من الأفراد المنعزلين والاجتماعيين وكانت عينة الدراسة (٦٠) فرداً منهم عدد(٣٠) من المنعزلين اجتماعياً وعدد (٣٠) من الاجتماعيين، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الأمل والذكاء الوجداني واستبيان لقياس النجاح، وكانت نتائج الدراسة أن الأشخاص الاجتماعيين لديهم مستويات عليا من الذكاء الوجداني والأمل وأنهم أكثر نجاحاً من الأشخاص الانعزاليين اجتماعياً.

دراسة أمارا وآخرون (Ammara Rehman et al, 2014)

بعنوان: " العلاقة بين الأمل وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة "، هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة التي تربط الأمل بقلق المستقبل لدى طلاب لجامعة في ضوء بعض المتغيرات، وكانت عينة الدراسة (٢٥٠) مناصفة بين الذكور والإناث، من مختلف أقسام جامعة "ساراجودا"، واستخدمت الدراسة لتحقيق أهدافها المنهج الوصفي، واستخدمت الدراسة أداتين لجمع البيانات هما مقياس قلق المستقبل ومقياس الأمل من إعداد الباحثين، وكشفت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق في متغيري الدراسة (قلق المستقبل والأمل) ترجع إلى النوع.

دراسة ميهاك باتول وآخرون (Mehak Batool et al , 2014)

بعنوان: " الذكاء الوجداني كمؤشر للشعور بروح الدعابة والأمل بين البالغين "، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور الذكاء الوجداني في التنبؤ بالشعور بروح الدعابة والأمل بين البالغين، وكانت عينة الدراسة (٢٢٠) من البالغين بعمر زمني يتراوح ما بين (٢٠-٣٥) عام من الجنسين (١١٠) من الذكور و(١١٠) من الإناث، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، واستخدم الباحثان للوصول إلى نتائج الدراسة مجموعة من الأدوات وهي: مقياس روح الدعابة للكبار، مقياس الأمل، مقياس الميول ومقياس الذكاء الوجداني، وبعد جمع الإستبانات ومعالجتها إحصائياً كانت نتائج الدراسة كالتالي: شكل الذكاء الوجداني مؤشراً بدرجة عالية على الأمل في حين أنه لا يعد مؤشراً على روح الدعابة، كما أن روح الدعابة لا تعد مؤشراً على الذكاء الوجداني، وكشفت الدراسة على الاختلافات بين الجنسين في الأمل وبعديه حيث وجدت أن مستوى

الأمل وبعديه أعلى بين الذكور مقارنة بالإناث، وأنه لا يوجد تأثير للجنس على روح الدعابة والذكاء الوجداني.

دراسة هاكان ساركام وآخرون (Hakan Saricam et al, 2015)

بعنوان: " العلاقة بين الذكاء الوجداني، والأمل والرضا عن الحياة لدى معلمي ما قبل الخدمة "، هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني، والأمل والرضا عن الحياة لدى معلمي ما قبل الخدمة لمرحلة ما قبل المدرسة. تكونت عينة الدراسة من (٤٧٨) من المعلمين في مرحلة ما قبل الخدمة (٣٩٥ إناث، ٨٣ ذكور) بمتوسط عمر (١٩.٣) سنة. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لتحقيق أهدافها، تمثلت أدوات الدراسة في مقياس "سكيوت" المعدل للذكاء الوجداني (Schutte Emotional Intelligence Scale Revise) النسخة التركية ومقياس الأمل التكاملي (Integrative Hope Scale)، واستخدم أيضاً في هذه الدراسة مقياس الرضا عن الحياة (Life Satisfaction Scale). وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الوجداني والأمل والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة. كما أشارت نتائج الدراسة إلى أنه يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال الذكاء الوجداني والأمل. وأكدت نتائج الدراسة على أن ارتفاع درجة الذكاء الوجداني ينعكس بشكل إيجابي على درجة الأمل مما يؤدي إلى بناء علاقات اجتماعية جيدة الأمر الذي ينعكس بشكل إيجابي على الرضا عن الحياة.

دراسة محمد إبرهيم عسلية وأسامة سعيد حمدونة (٢٠١٥م)

بعنوان: "الالتزام الديني وعلاقته بكل من قلق الموت وخبرة الأمل لدى طلبة كلية التربية بجامعة الأزهر بغزة"، هدفت الدراسة إلى تعرف علاقة الالتزام الديني بكل من قلق الموت وخبرة الأمل لدى طلاب كلية التربية بجامعة الأزهر بغزة، كذلك التعرف على الفروق في كل من الالتزام الديني وقلق الموت وخبرة الأمل تبعا لمتغير الجنس، والتخصص العلمي، والمستوى الدراسي، والانتماء التنظيمي لهم، وأجريت الدراسة على عينة من (٣٩٤) مفحوصا، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين الالتزام الديني وقلق الموت، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الالتزام الديني وخبرة الأمل لدى الطلبة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في الالتزام الديني، ووجدت فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث لصالح الإناث في قلق

الموت ولصالح الذكور في خبرة الأمل، ووجود فروق لصالح حماس في الالتزام الديني، كذلك وجود فروق لصالح فتح والمستقل في قلق الموت، ووجود فروق لصالح حماس، ولصالح الجهاد الإسلامي في خبرة الأمل، وأخيرا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا التخصص العلمي.

التعليق على الدراسات السابقة والبحوث:

تناول الباحث فيما سبق (٦٥) دراسة وفقاً لأربعة محاور رئيسية متضمنة متغيرات الدراسة، منها ما يتعلق بالأمل، ومنها ما يتعلق بالذكاء الوجداني، ومنها ما يتعلق بقلق المستقبل، ومنها ما يتعلق بالعلاقة التي تربط هذه المتغيرات وبعضها البعض.

- **أوجه الاتفاق:**

- من حيث الهدف:

اتفقت الدراسة الحالية وبعض الدراسات والبحوث السابقة في بحث العلاقة التي تربط كلاً من الأمل والقلق بطريق مباشر وغير مباشر ومنها دراسة "أحمد محمد عبد الخالق وسنايدر" (Abdel Khalek & Snyder, 2007)، دراسة "ستاتس وآخرون" (Staats, et al., 2007)، دراسة "عبدالحميد سعيد حسن" (٢٠١٠م)، دراسة "لابونسكا" (Labunskaya V.A. , 2011)، ودراسة "محمد أحمد المشاقبة" (٢٠١٥م) والتي بحثت علاقة الأمل وكلاً من " المتغيرات المنبئة بالأمل لدى طلاب الجامعة ومنها القلق، التفاؤل والتشاؤم، وتقدير الذات، والانفعال الإيجابي، والسعادة، والرضا عن الحياة والصحة الجسمية، والنفسية، والتدين، والانبساطية"، "السعادة والأمل وأحداث الحياة الضاغطة"، "الأمن النفسي"، و "جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل"، وغيرها من المتغيرات.

في حين بحثت دراسات أخرى العلاقة التي تربط كلاً من الذكاء الوجداني و القلق بطريق مباشر وغير مباشر ومنها دراسة "هشام عبدالرحمن الخولي" (٢٠٠٢م)، دراسه "محمود مسلم الطلالعة" (٢٠٠٧م)، دراسة "عبد الرحمن بن عيد الجهني" (٢٠١١م) دراسة "حسام محمود علي" (٢٠١٣م)، والتي بحثت علاقة الذكاء الوجداني وكلاً من " والسعادة والقلق لدى طلاب الجامعة"، "القلق لدى طلاب الجامعة"، "الاضطرابات السلوكية وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة"، و"الذكاء الوجداني وبعض المتغيرات الديموجرافية".

ومن حيث الهدف أيضاً اتفقت الدراسة الحالية وبعض الدراسات والبحوث السابقة في بحث

الأثر الذي تسببه بعض المتغيرات الديموجرافية كالجنس والتخصص في متغيرات الدراسة "الأمل، الذكاء الوجداني، وقلق المستقبل" ومن هذه الدراسات فيما يخص الأمل دراسة "عبدالحميد سعيد حسن" (٢٠١٠م)، دراسة "هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ" (٢٠١٥م)، وفيما يخص الذكاء الوجداني دراسة "هشام عبدالرحمن الخولي" (٢٠٠٢م)، دراسة "مارك وآخرون" (Marc A et al , 2004)، دراسة "عباس نوح الموسوي" (٢٠٠٨م)، دراسة "مصطفي رشاد الأسطل" (٢٠١٠م)، دراسة "أيمن غريب ناصر" (٢٠١١م)، دراسة "عدنان محمد القاضي" (٢٠١٢م)، دراسة "فادي سعود سماوي" (٢٠١٣م)، دراسة "إبراهيم باسل أبو عمشة" (٢٠١٣م)، دراسة "حسام محمود علي" (٢٠١٣م)، وفيما يخص قلق المستقبل دراسه "محمود مسلم الطلالعة" (٢٠٠٧م)، دراسه "عرفات محمد السبعاوي" (٢٠٠٨م)، دراسه "نسرين محمد إبراهيم" (٢٠٠٨م)، دراسة "غالب بن محمد المشيخى" (٢٠٠٩م)، دراسة "محمد أحمد المومني ومازن محمود نعيم" (٢٠١٢م)، دراسة "ثواب بن حمود المالكي" (٢٠١٣م) وغيرها من الدراسات.

- من حيث العينة:

اتفقت الدراسة الحالية ومعظم الدراسات والبحوث السابقة في بحث العلاقة بين المتغيرات الحالية لدى طلاب الجامعة ومن هذه الدراسات دراسة "أحمد عبد الخالق وسنايدر" (Abdel Khalek & Snyder, 2007)، دراسة "ستاتس وآخرون" (Staats, et al., 2007)، دراسة "عويد سلطان المشعان" (٢٠١٠م)، دراسة "هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ" (٢٠١٥م)، دراسة "هشام عبدالرحمن الخولي" (٢٠٠٢م)، دراسة "عبد العظيم سليمان المصدر" (٢٠٠٨م)، دراسة "مصطفي رشاد الأسطل" (٢٠١٠م)، دراسة "حمزه سليم الزغيلات" (٢٠١٦م)، دراسه "محمود مسلم الطلالعة" (٢٠٠٧م)، دراسه "عرفات محمد السبعاوي" (٢٠٠٨م)، دراسة "نيفين عبدالرحمن المصري" (٢٠١١م)، دراسة "إيمان عبدالوهاب محمود" (٢٠١٣م)، ودراسة "محمد أحمد المشاقبة" (٢٠١٥م) وغيرها من الدراسات.

- من حيث أدوات الدراسة:

فقد اتفقت الدراسة الحالية ومعظم الدراسات والبحوث السابقة على استخدام المقاييس كأدوات لجمع البيانات عن متغيرات الدراسة والعلاقة التي تربط كلاً منها وأثر المتغيرات الديموجرافية عليها وهو نفس ما اتبعه الباحث في الدراسة الحالية.

- من حيث المنهج المستخدم:

فقد اتفقت الدراسة الحالية ومعظم الدراسات والبحوث السابقة على استخدام المنهج الوصفي بمختلف أنواعه (التحليلي، الارتباطي، المقارن) منهجاً لتحقيق أهداف الدراسة وهو ما اتبعه الباحث أيضاً.

- **أوجه الاختلاف:**

من حيث الهدف اختلفت الدراسة الحالية وبعض الدراسات والبحوث السابقة في بحث العلاقة التي تربط الأمل ببعض المتغيرات الأخرى المغايرة لمتغيرات الدراسة الحالية ومنها دراسة (عبدالمحسن ديغم، ٢٠٠٨م)، دراسة برونك وآخرون (Bronk et al, 2009)، عويد سلطان المشعان (٢٠١٠م)، دراسة (عبدالحميد حسن، ٢٠١٠م)، دراسة (أمال جودة وحمدي أبوجراد، ٢٠١١م)، ودراسة (سناء منير أبوحسن،٢٠١٢م) والتي بحثت علاقة الأمل وكلاً من "الفاعلية الذاتية وأساليب موجهة الضغوط"، "الهدف في الحياة والرضا عن الحياة"، "الشكاوى البدنية والعصابية"، "الصلابة النفسية والضغوط النفسية والنجاح الأكاديمي"، "السعادة"، و" الأعراض السيكوسوماتية".

واختلفت أيضاً في بحث العلاقة التي تربط الذكاء الوجداني ببعض المتغيرات الأخرى المغايرة لمتغيرات الدراسة الحالية ومنها دراسة مارك وآخرون (Marc A et al , 2004)، دراسة ليليان (Leilani Kuuipo Ordaway, 2008)، دراسة مصطفي رشاد الأسطل (٢٠١٠م)، دراسة هدى عبدالرحمن أحمد (٢٠١١م)، ودراسة إبراهيم باسل أبوعمشة (٢٠١٣م) والتي بحثت علاقة الذكاء الوجداني وكلاً من "السلوك اليومي، الشخصية والفروق الفردية بين الأشخاص"، "مستوى الكورتيزول وحالة المزاج في المواقف الضاغطة"، "مهارات مواجهة الضغوط"، "الأمن النفسى"، و"الذكاء الاجتماعي والشعور بالسعادة".

- **أوجه الاستفادة:**

استفاد الباحث من الدراسات والبحوث السابقة في عدة أمور منها صياغة أسئلة الدراسة وأهدافها وفروضها، تحديد المنهج المناسب، اختيار وإعداد المقاييس والأساليب الإحصائية المناسبة، كما إستفاد الباحث من المعلومات والمفاهيم النظرية التى تناولتها هذه الدراسات في إثراء الإطار النظرى الخاص بالدراسة الحالية، بالاضافة إلى مناقشة النتائج وتفسيرها.

ثانياً: فروض الدراسة:

للإجابة على تساؤلات الدراسة قام الباحث بوضع الفروض التالية:

١- لا يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينهم على الأمل لدى طلاب كلية التربية".

٢- لا يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينهم على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية".

الفصل الرابع

منهج وإجراءات الدراسة

أولاً : محددات الدراسة.

١- منهج الدراسة.

٢- المحددات الجغرافية.

٣- المحددات البشرية.

٤- المحددات الزمنية.

٥- أدوات الدراسة.

ثانياً : إجراءات الدراسة.

ثالثاً : خطوات الدراسة.

الفصل الرابع

منهج وإجراءات الدراسة

تناولت الدراسة في الفصول السابقة الإطار النظري حول مفاهيم الدراسة حيث تناولت كل من الأمل، الذكاء الوجداني، وقلق المستقبل، وقد اعتمد الباحث في رصد هذا الإطار على بعض المراجع المتخصصة، والدراسات ذات الصلة بالموضوع، إلا أن المعلومات المتوفرة في هذا الصدد غير كافية في إعطاء صورة متكاملة وصادقة للتعبير عن واقع تلك العلاقة التي تربط هذه المتغيرات وبعضها البعض.

لذا جاءت الدراسة الميدانية للتعرف على ما إذا كان هناك تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، وقلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينها على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، وقد تم إجراء الدراسة الميدانية بالاستعانة ببعض الأدوات المتمثلة في: مقياس الأمل إعداد الباحث، مقياس الذكاء الوجداني إعداد "فاروق السيد عثمان، ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م)، ومقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م)، حتى تستكمل الصورة التي تم التوصل إليها من خلال الدراسة النظرية، وقد سارت الدراسة الميدانية وفق المخطط التالي:

أولاً : محددات الدراسة:

١- **منهج الدراسة:** يلائم المنهج الوصفي الدراسة الحالية أكثر من غيره، ذلك أنه يعتمد على وصف ما هو كائن وتفسيره ولا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها بل يمضي إلى أكثر من ذلك حيث يتضمن قدراً من التفسير لهذه البيانات والتعبير عن نتائج البحث بالأساليب الإحصائية المختلفة (ذوقان عبيدات وعبدالرحمن عدس وكايد عبدالحق، ٢٠٠٢م، ٣٣)، وقد لجأت الدراسة الحالية إلى استخدام المنهج الوصفي في أشكاله التالية:

الأسلوب الوصفي المسحي: وذلك من خلال إجراء الدراسة الميدانية المتمثلة في تطبيق أداوات الدراسة (المقاييس الثلاثة السابق ذكرها) وتوزيعها على أفراد عينة الدراسة من طلاب كلية التربية الفرقة الرابعة بمحافظة كفرالشيخ.

الأسلوب الوصفي التحليلي والوصفي المقارن: وذلك أثناء القيام بالمعالجة الإحصائية الهادفة من خلال استخدام المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعادلة ألفا كرونباخ، وتحليل التباين الثلاثي (٢×٢×٢) للتعرف على ما إذا كان هناك تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، وقلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينها على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، ومن ثم التوصول إلى وصف كمي لاستجابات أفراد العينة على عبارات الادوات المستخدمة. والمنهج الوصفي في هذه الدراسة لن يقتصر على جمع البيانات وتبويبها فقط، بل يتضمن أيضا قدراً من التفسير لهذه البيانات، لأن الوصف أحياناً يقترن بالتحليل والمقارنة بين هذه البيانات.

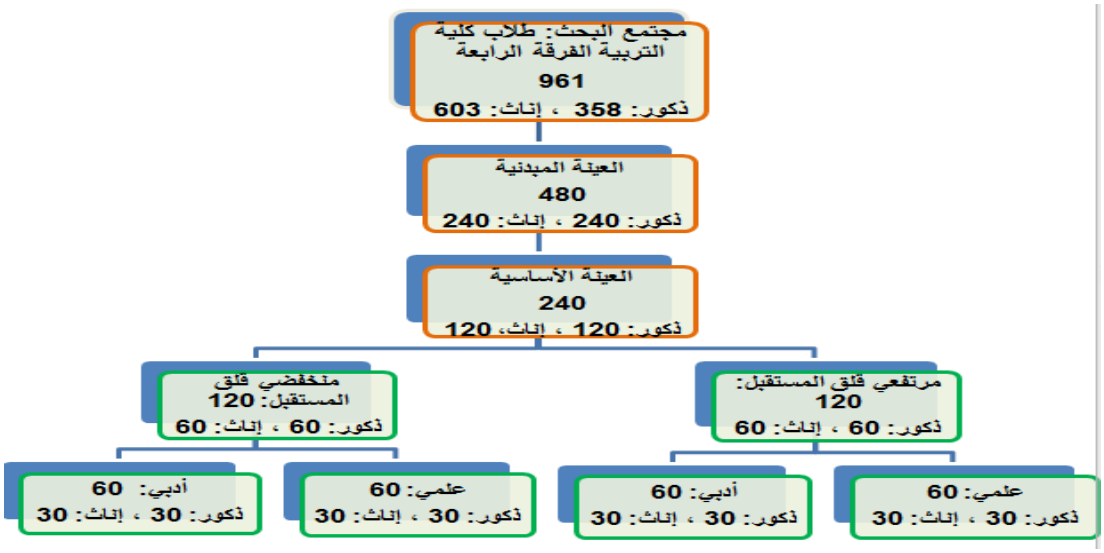
٢- **المحددات الجغرافية:** تم أختيار عينة التطبيق الأساسية من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة كفرالشيخ، وفق متغيرات النوع (ذكور/إناث)، التخصص الأكاديمي (علمي/أدبي)، مستوى قلق المستقبل (مرتفع/منخفض)، لاعتبارت معينة منها أن طلاب الفرقة الرابعة خاصة يقتربون من الانتهاء من مرحلة التعليم الجامعي، ويوجهون كافة اهتماماتهم نحو المستقبل متمثلاً في البحث عن فرصة عمل تتناسب والمؤهل الجامعي الخاص بهم وبقدراتهم وإمكاناتهم العلمية والمهنية.

٣- **المحددات البشرية:** يعد اختيار عينة الدراسة من أصعب الأمور التي يقوم بها الباحث في العلوم الإنسانية بصفة عامة وفي العلوم النفسية والتربوية بصفة خاصة، وذلك أنه كي تمثل العينة خصائص المجتمع الأصلي، فإنه ينبغي تحديد الحجم المناسب لهذه العينة بالنسبة للمجتمع المراد دراسة خصائصه، ولا توجد قواعد ثابته لتحديد حجم العينة في كل البحوث، لأن حجم العينة يتوقف على طبيعة المجتمع الأصلي وعلى نوع البيانات المطلوب التوصل إليها (فؤاد عبداللطيف أبوحطب وآمال أحمد صادق ، ٢٠١٠م، ٧٧)، وبذلك لجأ الباحث في إجرائه لهذه الدراسة إلى اختيار عينة محدودة العدد من المجتمع الأصلي بأكمله، لأن إجراء الدراسة علي المجتمع الأصلي بأكمله يعد أمراً من الصعوبة أن يتحقق، كما أن الإحصاء قد بلغ من التقدم إلى الدرجة التي يستطيع معها الباحث أن يستنتج من العينة الصغيرة المحدودة ما يمكن استنتاجه من المجتمع الأصلي بدرجة لا بأس بها (بشير صالح الرشيدي، ٢٠٠٠م، ١٨٠).

مجتمع وعينة الدراسة الأساسية: تضمن مجتمع الدراسة الحالية عدد (٩٦١) طالب وطالبة بالفرقة الرابعة كلية التربية بمحافظة كفرالشيخ، بواقع عدد (٣٥٨) من الذكور وعدد (٦٠٣) من الإناث،

ونظراً لضرورة وضع بعض الاعتبارات أثناء اختيار عينة الدراسة ومنها متغيرات الجنس (ذكر/أنثى)، والتخصص الأكاديمي (علمي–أدبي)، وقبل ذلك تحديد مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل وعليه فقد تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية العنقودية من المجتمع الأصلي للدراسة، وتراوحت أعمارهم الزمنية بين (٢٠– ٢٣) عاماً، ويمكن وصف مجتمع وعينة التطبيق الأساسية من خلال الشكل (١٤).

حيث تم اختيار العينة المبدئية من المجتمع الأصلي للدراسة بواقع عدد (٤٨٠) طالب وطالبة، حيث طبق مقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م)، ثم اختيرت عينة التطبيق الأساسية بالطريقة العشوائية الطبقية العنقودية، وفق متغيرات الجنس والتخصص الأكاديمي بإجمالي عدد (٢٤٠) طالب وطالبة، منهم عدد (١٢٠) طالب وطالبة مرتفعي قلق المستقبل، وعدد (١٢٠) طالب وطالبة منخفضي قلق المستقبل، حيث اختير من القسم العلمي من الذكور أعلى (٣٠) طالب على مقياس قلق المستقبل، وأدنى (٣٠) طالب على مقياس قلق المستقبل، وفي القسم الأدبي تم اختيار أعلى (٣٠) طالب على مقياس قلق المستقبل، وأدنى (٣٠) طالب على مقياس قلق المستقبل، وبنفس الطريقة تم اختيار الإناث، وعليه مثلت عينة التطبيق الأساسية نسبة قدرها (٢٤,٩٧%) من حجم المجتمع الأصلي.



الشكل (١٤) توزيع المجتمع الأصلي وحجم عينة التطبيق.

والجدول (٢) يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية لأعمار عينة الدراسة الأساسية من الذكور والإناث حيث تراوحت أعمار عينة الدراسة بالشهور ما بين (٢٤٠–٢٧٠) وبالاعوام ما بين (٢٠–٢٢.٥).

جدول (٢)

المتوسط والانحراف المعياري لعينة الدراسة من الذكور والإناث.

العينة / المتغييرات	الذكور ن= (١٢٠)		الإناث ن= (١٢٠)	
مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل	م	ع	م	ع
	٢٥٦.٥٦٦	٤.٦٤١	٢٥٥.٩٩٢	٥.٠٣٠٢

٤- المحددات الزمنية:

تم تطبيق أدوات الدراسة الأساسية خلال الفصل الدراسي الأول والثاني من العام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٧م.

٥- أدوات الدراسة:

أ- مقياس الأمل إعداد الباحث.

ب- مقياس الذكاء الوجداني إعداد "فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م).

ج- مقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م).

أ- مقياس الأمل:

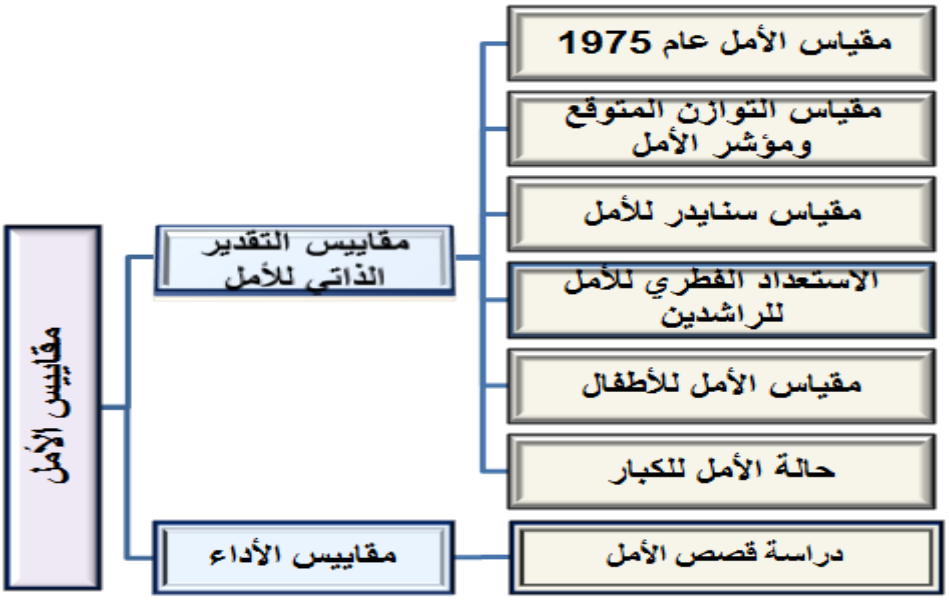
الهدف المقياس:

حيث أن الدراسة الحالية تهدف إلى التعرف على ما إذا كان هناك تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، وقلق المستقبل (منخفض/مرتفع)، والتفاعل بينها على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، لذا قام الباحث بإعداد أداة لقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية، وبعد الاطلاع على الادبيات النظرية ذات الصلة تبنى الباحث النظرة التكاملية للأمل كمفهوم معرفي انفعالي، بالاستعانة ببعض المقاييس السابقة والتي اطلع عليها، متبعاً بذلك الخطوات الأساسية في بناء المقاييس التربوية، إذ يتفق المتخصصون في القياس النفسي على أن بناء أي مقياس يتطلب تحديد نوع المقياس المناسب لعينة الدراسة سواء أكانت مقاييس التقدير الذاتي أو مقاييس الآداء ثم تحديد الخاصية المراد قياسها تحديداً دقيقاً بمكوناتها ونسبها، وفي ضوء هذا التحديد تم إعداد الفقرات التي يمكن أن يقيسها بدقة

وموضوعية، والتحقق من صلاحيتها وقدرتها على التمييز بين المستجيبين، ومن ثم معرفة مدى صدق المقياس وثباته في قياس ما وضع من أجل قياسه، ولهذا فقد تم اتباع الخطوات التالية:

١- الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة والمقاييس والاستعانة بها في تحديد نوعية المقياس المناسب لعينة الدراسة:

للأمل نوعين من المقاييس وفقاً لنظرة علماء النفس؛ فمنهم من نظر إليه كمفهوم انفعالي فقط، ومنهم من نظر إليه نظرة معرفية خالصة، وآخرين نظروا إليه نظرة تكاملية ضمت الانفعال والمعرفة في ذات الوقت، ومن هنا وجد اختلاف في نوعية المقاييس المستخدمة لقياس مستويات الأمل لدى الأفراد، إلا أنه يمكن حصرها في نوعين من المقاييس أولها مقاييس التقدير الذاتي والثاني مقاييس الآداء كما هو موضح بالشكل (١٥)



الشكل (١٥) مقاييس الأمل.

أ- مقاييس التقدير الذاتي للأمل:

لقد تمكن الباحثين الذين نظروا للأمل بوصفه مفهوم معرفي من تحديده إجرائياً مما نتج عنه وجود مقاييس التقدير الذاتي للأمل مختصرة وصادقة ومنها:

- مقياس الأمل عام (١٩٧٥م): صمم كل من "إريك إريكسون"(Erikson)، "بوست" (Bost)، و"جان بياجيه" (Jean Piaget) مقياساً للأمل كترجمة إجرائية لمفهوم الأمل الذي قدمه "ستوتلاند" (Stotland)، وقد اشتمل المقياس على قائمة احتوت (٢٠) هدفاً إتسمت بشمولها لأهداف عامة

تهم المجتمع، ويطلب من المفحوصين أن يرتبوا كل هدف باستخدام قياس "ليكارت" (Likert) ذو السبع نقاط، ويطلب من كل فرد منهم أن يعيد قراءة القائمة مرة أخرى، ثم يحدد درجة تعبر عن مدى إمكانية تحقق هذا الهدف باستخدام مقياس تقدير يتراوح ما بين (صفر – ١٠٠). (صفاء يوسف الأعسر وآخرون، ٢٠١٣م، ١٨٥)

- **مقياس التوازن المتوقع ومؤشر الأمل:** وفيه قامتا "ستاتس وستاسين" (Staats & Stassen) بفصل جانبي الأمل بهدف القياس، فجاء مقياس التوازن المتوقع لقياس الجانب الانفعالي للأمل، ويتكون من (١٨) مفردة، نصفها إيجابي والأخر سلبي، وتتوزع الأسئلة على قياس خماسي بنظام "ليكارت" (Likert)، وهناك مقياس أخر قدمتاه كلاً من هدف لقياس الجانب المعرفي للأمل، واعتمد فيه على أحداث معينة ونواتج محددة بدلاً من القائمة العامة، وأشتمل على أربعة مقاييس فرعية وهي: الأمل– الذات، الأمل– والآخر، الرغبات– التوقعات. (صفاء يوسف الأعسر وآخرون، ٢٠١٣م، ١٨٦)

- **مقياس سنايدر للأمل:** قدم "سنايدر" مقياساً للأمل ذو العاملين، في ضوء نموذجه المعرفي للأمل، ونظراً للأهمية الكبرى لهذا المقياس فقد استخدم بصورة مباشرة أو غير مباشرة في العديد من المقاييس المرتبطة بمفهوم الأمل. (صفاء يوسف الأعسر وآخرون، ٢٠١٣م، ١٨٧)

- **مقياس الاستعداد الفطري للأمل (للراشدين):** أعده "سنايدر وآخرون" (Snyder et al., 1991) وهو مقياس مكون من (١٢) فقرة صمم ليعطي صورة سريعة للخصائص الفطرية للأمل لدى البالغين من عمر (١٥) عاما فما فوق، وفي صورته الأولى كان عبارة عن (١٢) بنداً، أربعة بنود تعكس مكون مسار التفكير، وأربعة بنود تعكس مكون الطاقة الدافعة، وأربعة بنود أخرى مشتتات ليست لها علاقة بالمفهوم، واستخدم في صورته الأولى مقياساً مكون من أربعة نقاط، وأخيراً استخدم مقياساً من ثماني نقاط بغرض السماح بتنوع الاستجابات لدى المفحوصين. (صفاء يوسف الأعسر وآخرون، ٢٠١٣م، ١٨٧ – ١٨٨)

- **مقياس الأمل للأطفال:** وقد صممه "سنايدر وآخرون" (Snyde et al.,1997)، وهو مقياس مكون من (٦) فقرات بأسلوب التقرير الذاتي، ثلاثة فقرات مرتبطة بمكون مسار التفكير وثلاثة فقرات آخرى مرتبطة بمكون الطاقة الدافعة، ويجيب الأطفال على هذه الفقرات على قياس "ليكارت" (Likert) من ست نقاط، معتمداً في ذلك على كون الأطفال يتسمون بأنهم موجهون بالأهداف

(Goal directed)، وأن أفكارهم الموجهة بأهدافهم يمكن فهمها من خلال مسار التفكير الخاص بهم ومصادرهم (الطاقة الدافعة). (صفاء يوسف الأعسر وآخرون، ٢٠١٣م، ١٨٨ – ١٨٩)

- **مقياس حالة الأمل للكبار:** وقد صممه "سنايدر وآخرون" (Snyder et al., 1996)، ويشتمل هذا المقياس على (٦) بنود بأسلوب التقرير الذاتي، والإجابة فيه على مقياس متدرج من ثماني نقاط تتراوح ما بين (١ = تنطبق تماماً الى ٨ = لا ينطبق اطلاقاً)، وهو يقيس التفكير الموجه بالهدف في وقت محدد. ويستغرق تطبيقه من دقيقتين إلى (٥) دقائق، ويشتمل أيضاً على المكونين الأساسين وهما مسار التفكير والطاقة الدافعية.

وهناك اتجاه أخر للكشف عن الأمل من خلال الآداء سمي بمقاييس الملاحظة للأمل، إلا أنها تتطلب أن يكون الشخص القائم بالملاحظة على علم ومعرفة جيدة بالمفحوصين، وهناك اتجاه ثالث يرى إمكانية الكشف عن الأمل من خلال الكلمات المنطوقة والمكتوبة كما هو الحال في مقياس (Gottschalk) للأمل، الذي صمم لتحليل محتوى أحاديث المفحوصين كأسلوب لقياس مستوى الأمل لديهم. (صفاء يوسف الأعسر وآخرون، ٢٠١٣م، ١٩٠ – ١٩٢)

ب- مقاييس الآداء- الملاحظة للأمل:

يرى البعض في مقاييس الآداء أفضل وسيلة لتحديد مستويات الأمل لدى الأفراد شرط أن يكون الملاحظ (الفرد الذي يقوم بالملاحظة) على دراية كافية بمن يلاحظه، ومن هذه المقاييس ما يلي:

- **دراسة قصص الأمل:** ويتم ذلك من خلال الكشف عن الأمل من خلال الكلمات المنطوقة والمكتوبة، ويتم ذلك عن طريق الأحاديث التي تدور بين المرضى والباحثين، أو مذكراتهم اليومية وكذلك التفاعلات الواقعية فيما بينهم، مثال ذلك مقياس (Gottschalk) عام (١٩٧٤م) للأمل والذي صمم ليحلل أحاديث الأفراد كأسلوب لقياس مستويات الأمل لديهم، ويتم تقدير المحادثة بناءً على إيجابية المحتوى أو سلبيته، فتحصل المشاعر السلبية للمحتوى على (−١) والمشاعر الإيجابية للمحتوى على (+١)، مع الانتباه لضرورة جمع عينات متعددة من الأحاديث في مواقف وأوقات مختلفة حتى لا تقيس مواقف بعينها، وفي نفس الاتجاه قام "فانس" بوضع مقياس الأمل القصصي للتعرف على مكوني الأمل وهما مسار التفكير والطاقة الدافعة لدى الكبار. (صفاء يوسف الأعسر وآخرون، ٢٠١٣م، ١٩١ – ١٩٢)

مما سبق يرى الباحث أن عدم وضوح الأمل كمفهوم إجرائي محدد يمكن قياسه والتعامل معه، إنما يرجع لتعدد التعريفات الخاصة به وتعارض وجهات النظر لباحثيه، كل هذا أدى إلى مزيد من الغموض والخلط في التعرف عليه كمفهوم ذو أبعاد متنوعة يمكن قياسها، فمن تعريفات الأمل وجد أن بعض الباحثين نظر إليه نظرة معرفية خالصة كما فعل "برزنتز" (Broznitz)، و"سنايدر" (Snyder, 1994)، ومنهم من نظر إليه نظرة انفعالية خالصة كما فعلتا "ستاتس وستاسين" (Staats, S.R&Stasssen, M, A,1985) كما هو الحال في مقياس التوازن المتوقع ومؤشر الأمل، ومنهم من استخدم في قياس مستويات الأمل مقاييس التقدير الذاتي كما فعل "إريكسون" (Erik H. Erikson)، "بوست" (Bost)، و"جان بياجيه" (Jean Piaget) كما هو الحال في مقياسه للأمل عام (١٩٧٥م)، و"سنايدر وآخرين" (Snyder et al , 1991) والعديد من المقاييس الآخرى، ومنهم من استخدم في قياس مستويات الأمل مقاييس الآداء فقط أمثال "جود شاك" (Gottschalk ,1974)، إلا أن الباحث تبنى في هذه الدراسة وجهة النظر التكاملية في قياسه ونظرته للأمل باعتباره مفهوم ذو مكون معرفي وآخر انفعالي أو ما يطلق عليه اصطلاحاً "المعرفة الانفعالية" (The Affective cognition)، وسيراعي الباحث في وضعه مقياساً للأمل لدى طلاب كلية التربية عدة أمور منها:

- الأمل بنية معرفية انفعالية حيث تم الأخذ في الاعتبار بعدي الأمل المعرفية لدى "سنايدر" السبل والإرادة، وبعدي الأمل الانفعالية لدى "ستاتس و ستاسين" (Staats& Stassen, 1985) التوقعات الإيجابية للمستقبل والتوقعات السلبية للمستقبل.

- لصعوبة ملاحظة الآداء لجأ الباحث في تصميمه لمقياس الأمل استخدام أسلوب التقدير الذاتي.

- الالتزام بوجود فقرات إيجابية وأخرى سلبية مرتبطة بأبعاد الأمل التي سيتم القياس على أساسها، وأن تتوزع الفقرات على تدرج خماسي بنظام "ليكارت" (Likert)، وذلك لضمان تنوع الاستجابات ومن ثم محاولة التوصل لمعلومات دقيقة حول الفروق في الأمل لدى المفحوصين.

- مراعاة الخصائص السيكومترية للعينة وهم طلاب كلية التربية.

٢- الاطلاع على المقاييس التي تبنت وجهة النظر المعرفية للأمل وكذلك وجهة النظر الانفعالية:

قام الباحث بالاطلاع على عدد من المقاييس المتعلقة بالأمل، والتي تبنت وجهة النظر المعرفية للأمل أو وجهة النظر الانفعالية، ذلك أن الباحث في الدراسة الحالية تبنى وجهة النظر

التكاملية للأمل كونه مفهوم يجمع الخصائص المعرفية والانفعالية في آن واحد مما أعطي الباحث فرصة لتحديد الأبعاد الخاصة بالمقياس ووضع التعريفات الإجرائية لكل من الأمل وأبعادة المختلفة بطريقة صحيحة، التعرف على الكيفية التي يتم على أساسها صياغة فقرات المقياس، والاعتبارات الواجب اتباعها من قصر طول العبارات، وضوحها، تنوعها، وأن تكون سليمة لغوياً، والتعرف على الطرق المختلفة للتأكد من الكفاءة السيكومترية وصلاحية المقياس للتطبيق على عينة الدراسة، والجدول (٣) يوضح عدد من المقاييس التي تم الاطلاع عليها إعداد مقياس الأمل.

جدول (٣)

مجموعة المقاييس التي تم الاطلاع عليها من قبل الباحث.

اسم الباحث	العام	موضوع المقياس	المكون المقاس	عدد الابعاد	عدد الفقرات	المرحلة التي طبق فيها
ستاتس وستاسين	١٩٨٥م	مقياس التوازن المتوقع.	المكون الانفعالي	٢	١٨	الكبار
سنايدر وآخرون	١٩٩١م	مقياس الاستعداد الفطري للأمل.	المكون المعرفي	٢	١٢	الراشدين
أحمد محمد عبالخالق	٢٠٠٤م	الصيغة العربية لمقياس سنايدر للأمل.	المكون المعرفي	٢	١٢	الراشدين
شوقي يوسف بهنام	٢٠٠٥م	قياس مستوى الأمل طلاب كلية التربية.	المكون المعرفي	٢	١٢	طلاب الجامعة
خيرية عبدالله البكوش وآخرون	٢٠١١م	مقياس الأمل.	المكون الشخصي، الجسمي، النفسي، والاجتماعي	٢	٣٠	مريضات سرطان الثدي ما بين (٣٠-٦٠) عام
بشير معمرية	٢٠١١م	تقنين استبيان لقياس الأمل على البيئة الجزائرية.	المكون المعرفي	٢	١٢	الذكور والاناث ما بين (١٥-٥٠) عام
سناء محمد أبوحسن	٢٠١٢م	مقياس الأمل.	لم يحدد	لم يحدد	١٤	الامهات المدمرة منازلهم
دعاء مسموع أبوطالب وآخرون	٢٠١٣م	مقياس الشعور بالأمل.	لم يحدد	٤	٤٠	مريضات سرطان الثدي
هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ	٢٠١٥م	مقياس الأمل.	لم يحدد	لم يحدد	٣٠	طلاب وطالبات الجامعة

٣- إعداد فقرات فقرات المقياس بصيغتها الأولية:

اشتق الباحث فقرات المقياس من بعض المقاييس السابقة والمصادر التي تناولت متغير الأمل، واشتمل بشكل أولي على (٤٤) عبارة موزعة على الأبعاد الأربعة التي تبناها الباحث في ضوء نظرته التكاملية للأمل كمفهوم معرفي انفعالي، وبلغت عدد عبارات كل بعد على حده إحدى عشر عبارة.

٤- صلاحية العبارات (التحليل المنطقي):

بعد جمع وصياغة عبارات المقياس، تم عرضه بصورته الأولية على مجموعة من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية (ملحق ١)، وذلك للتأكد من صلاحية العبارات وملاءمتها لقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية، وفقاً للتعريف الاجرائي الذي وضع في المقياس، وفي ضوء أرائهم وملاحظاتهم تم تحديد العبارات التي حظيت بموافقة أكثر من (٨٠%) من المحكمين، وتم حذف بعض العبارات التي لم تصل لتلك النسبة، وعدلت العبارات التي طلب تعديلها، حتى أصبح المقياس في صورته النهائية (٣٨) عبارة موزعة على الأبعاد الأربعة سابقة الذكر، إذ بلغت عدد عبارات المكون المعرفي (١٩) عبارة، اشتمل البعد الأول السبل (Pathway) على (٩) عبارات، والبعد الثاني الإرادة (Will) على (١٠) عبارات، أما المكون الانفعالي فبلغت عباراته (١٩) عبارة، البعد الثالث التوقعات الايجابية للمستقبل (Expected Future Positive) (١٠) عبارات، أما البعد الرابع التوقعات السلبية للمستقبل (Expected Future Negative) فاشتمل على (٩) عبارات، ملحق (٣).

طريقة التطبيق والتصحيح:

طبق المقياس بطريقة جماعية، حيث قام الطلاب بملء البيانات الخاصة بهم، ثم قام الطالب بوضع علامة (√) أمام الاجابات التي تناسبت مع شخصيته واتجاهاته، من خلال بدائل خمسة وفق قياس "ليكارت" (Likert) الخماسي (يحدث دائماً – يحدث غالباً – يحدث أحياناً – يحدث نادراً – لا يحدث أبداً)، ولا يوجد زمن محدد للإجابة على المقياس من جانب المفحوص، ويكون تصحيح المقياس كالتالي:

توزع الدرجات للعبارات الموجبة كالتالي (٥-٤-٣-٢-١)، أما العبارات السالبة والتي تحمل أرقام (٨) بالبعد الأول السبل(Pathway)، رقم (١٦) بالبعد الثاني الإرادة(Will)، وجميع

عبارات البعد الرابع التوقعات السلبية للمستقبل (Expected Future Negative) والتي تحمل أرقام (٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨) فتوزع درجاتها كالتالي: (١-٢-٣-٤-٥)، وبذلك تصبح الدرجة العليا التي يحصل عليها الطالب على المقياس (١٩٠) درجة، وأقل درجة يحصل عليها الطالب على المقياس هي (٣٨) درجة، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع الأمل لدى المفحوص، في حين تدل الدرجة المنخفضة على انخفاض الأمل لدى المفحوص.

صدق المقياس:

- صدق المحكمين (الصدق الظاهري):

استخدم صدق المحكمين لحساب صدق المقياس بصورته الأولية (ملحق ٢)، حيث تم عرضه على مجموعة من المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية من أعضاء هيئة التدريس (ملحق ١)، وقد اشتمل على التعريف الإجرائي للأمل ومكونية المعرفي والانفعالي، وأبعاده الأربعة الأول بعد السبل (Pathway)، والثاني بعد الإرادة (Will) بعدا المكون المعرفي، والثالث بعد التوقعات الايجابية للمستقبل (Expected Future Positive) والرابع بعد التوقعات السلبية للمستقبل (Expected Future Negative) بعدا المكون الانفعالي للأمل بواقع (٤٤) عبارة ويمثل كل بعد من الأبعاد الأربعة بواقع (١١) عبارة، وتمت مراعاة عدة أمور أثناء تصميم المقياس منها: تقارب عدد العبارات الممثلة لكل بعد، مراعاة تنوع العبارات بتنوع المستجيبين لها حيث أن المقياس سيتم الاستجابة له من قبل عينة من طلاب كلية التربية جامعة كفرالشيخ (ذكور-إناث)، (علمي-أدبي) في آن واحد، استخدام قياس "ليكارت" الخماسي (Likart) (يحدث دائماً - يحدث غالباً - يحدث أحياناً - يحدث نادراً - أبداً)، مراعاة تنوع المحكمين وعدم الاستئثار بجامعة دون أخرى لتنوع الرؤى، ثم طلب من أعضاء هيئة التدريس الحُكم على المقياس في ضوء ما يلي:

- تحديد العبارت الغامضة، والتي لا توضح السلوك المراد قياسه.
- انتماء العبارة للبعد الذي تنتمي إليه في ضوء التعريف الإجرائي للبعد.
- الصياغة الملائمة لكل عبارة من عبارات المقياس.
- وضوح العبارة لغوياً وملاءمتها لعينة الدراسة.
- إبداء أي ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم.

جدول (٤)

نسب اتفاق المحكمين على بنود الصورة الأولية لمقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية.

البعد	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	البعد	رقم العبارة	نسبة الاتفاق
البعد الأول السبل (Pathway)	١	١٠٠ ٪	البعد الثالث التوقعات الايجابية للمستقبل Expected Future Positive	٢٣	٨٠ ٪
	٢	٧٠ ٪		٢٤	١٠٠ ٪
	٣	٧٠ ٪		٢٥	٨٠ ٪
	٤	٩٠ ٪		٢٦	٩٠ ٪
	٥	٩٠ ٪		٢٧	١٠٠ ٪
	٦	١٠٠ ٪		٢٨	٧٠ ٪
	٧	٨٠ ٪		٢٩	٨٠ ٪
	٨	١٠٠ ٪		٣٠	١٠٠ ٪
	٩	١٠٠ ٪		٣١	١٠٠ ٪
	١٠	١٠٠ ٪		٣٢	١٠٠ ٪
	١١	٨٠ ٪		٣٣	١٠٠ ٪
البعد الثاني الارادة (Will)	١٢	١٠٠ ٪	البعد الرابع والتوقعات السلبية للمستقبل Expected Future Positive	٣٤	٨٠ ٪
	١٣	١٠٠ ٪		٣٥	٩٠ ٪
	١٤	٩٠ ٪		٣٦	٧٠ ٪
	١٥	١٠٠ ٪		٣٧	٩٠ ٪
	١٦	٩٠ ٪		٣٨	١٠٠ ٪
	١٧	١٠٠ ٪		٣٩	٧٠ ٪
	١٨	١٠٠ ٪		٤٠	١٠٠ ٪
	١٩	١٠٠ ٪		٤١	١٠٠ ٪
	٢٠	١٠٠ ٪		٤٢	١٠٠ ٪
	٢١	٧٠ ٪		٤٣	١٠٠ ٪
	٢٢	١٠٠ ٪		٤٤	١٠٠ ٪

وفي ضوء ما سبق تم الاتفاق على كافة عبارات المقياس عدا العبارة رقم (٢)، ورقم (٣) بالبعد الأول (السبل)، والعبارة رقم (٢١) في البعد الثاني (الإرادة)، والعبارة رقم (٢٨) في البعد الثالث (التوقعات الايجابية للمستقبل)، والعبارة رقم (٣٦) ورقم (٣٩) في البعد الرابع (التوقعات السلبية للمستقبل)، كما هو موضح بالجدول (٤).

أما عن العبارات التي لم تصل لنسبة الاتفاق (٨٠ ٪) بين السادة المحكمين فموضحة بالجدول (٥):

حيث يتضح من جدول (٥) عدم وصول العبارة رقم (٢)، ورقم (٣) بالبعد الأول السبل (Pathway)، والعبارة رقم (٢١) بالبعد الثاني الارادة (Will)، والعبارة رقم (٢٨) بالبعد الثالث التوقعات الايجابية للمستقبل (Expected Future Positive)، والعبارة رقم (٣٦)، ورقم (٣٩) بالبعد الرابع التوقعات السلبية للمستقبل (Expected Future Negative) على نسبة إتفاق بين السادة المحكمين تصل إلى (٨٠٪) من إجمالي عدد المحكمين، وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين (عشرة محكمين) قام الباحث بحذف هذه العبارات؛ ونتيجة لذلك أصبح عدد عبارات المقياس (٣٨) عبارة بدلاً من (٤٤) عبارة، حيث لم يتم إضافة أية عبارات من جانب السادة المحكمين.

جدول (٥)

البنود التي لم تصل نسبة الاتفاق عليها (٨٠ ٪) من إجمالي المحكمين، وتم حذفها من الصورة الأولية لمقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية.

البعد	رقم العبارة في الصورة الأولية	العبارة	نسبة الاتفاق لم تصل ٨٠%
السبل	٢	أعتقد أن لكل مشكلة أكثر من طريقة لحلها.	٧٠ ٪
	٣	لدي أكثر من طريقة للحصول على الأشياء المهمة في حياتي	٧٠ ٪
الارادة	٢١	أحزن عندما لا تسير الأمور كما أريد.	٧٠ ٪
التوقعات الايجابية للمستقبل	٢٨	شعرت يوماً بالبهجة الشديدة فيما مضىً.	٧٠ ٪
التوقعات السلبية للمستقبل	٣٦	شعرت بقلق شديد فيما مضى.	٧٠ ٪
	٣٩	مر علي وقت شعرت فيه بالاجهاد الشديد.	٧٠ ٪

أما عن العبارات التي طلب تعديلها من قبل المحكمين فموضحة بالجدول (٦):

حيث قام الباحث في ضوء توجيهات السادة المحكمين (عشرة محكمين) بعمل التعديلات المطلوبة لبعض عبارات المقياس؛ والتي كان نتيجتها قيام الباحث بإعادة صياغة هذه العبارت وهي: في المكون المعرفي للمقياس تم تعديل صياغة العبارة رقم (٧)، والعبارة رقم (١١) بالبعد

الأول السبل (Pathway)، أما المكون الانفعالي للمقياس فقد تم تعديل صياغة العبارة رقم (٢٣)، والعبارة رقم (٢٥)، العبارة رقم (٢٩) بالبعد الثالث للمقياس بعد التوقعات الايجابية للمستقبل (Expected Future Positive)، وكذلك العبارة رقم (٣٤) بالبعد الرابع بعد التوقعات السلبية للمستقبل(Expected Future Negative)، وذلك وفقاً لآراء المحكمين، وذلك لضمان ملاءمة العبارة للبعد الذي تنتمي إليه في ضوء التعريف الإجرائي للبعد كما هو موضح بالجدول (٦).

جدول (٦)

البنود التي اتفق المحكمون على تعديلها في الصورة الأولية لمقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية.

البعد	رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
السبل	٧	أعمل على تحقيق الخطط التي وضعتها لتحقيق أهدافي.	لدي مخطط لتحقيق أهدافي في الحياة.
	١١	اركز على جوانب القوة في داخلي من أجل تحقيق أهدافي.	أستفيد من نقط القوة في شخصيتي.
التوقعات الايجابية للمستقبل	٢٣	شعرت من قبل أن الأمور تسير في طريقي.	شعرت من قبل أن الأمور تسير لصالحي.
	٢٥	شعرت بالحماسة أو الاهتمام تجاه شيء ما.	شعرت بالحماسة أو الاهتمام تجاه القيام بشيء ما.
	٢٩	شعرت يوماً أني في الصدارة.	شعرت يوماً أني في مساري الصحيح.
التوقعات السلبية للمستقبل	٣٤	سبق لي أن انزعجت من شخص ما من قبل.	سبق لي أن انزعجت من شخص ما.

- صدق الاتساق الداخلي:

اعتمدت الدراسة على صدق الاتساق الداخلي للتأكد من صلاحية المقياس بثلاثة طرق وهي:

الطريقة الأولى: وتمت بحساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة (مفردة) والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة (صدق المفردات أو ما يطلق عليه صدق التكوين)، حيث يتم الابقاء فقط على العبارات التي تظهر ارتباطًا جوهريًا ودالاً إحصائياً بالبعد المنتمية إليه، بينما يتم حذف العبارات التي لا تظهر ارتباطًا جوهريًا ودالاً إحصائياً بالبعد المنتمية إليه.

ويتضح من جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس الأمل لدى

طلاب كلية التربية، وبين الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛ حيث تراوحت ما بين (٠.٨٢٧ : ٠.٩٧٩) مما يدل على ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وهو ما يعطي مؤشرًا جيد على الاتساق الداخلي للمقياس، وأن المقياس على درجة مرتفعة من الصدق.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الأمل لطلاب كلية التربية وبين مجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه، حيث (ن=٤٠).

البعد الأول السبل			البعد الثاني الارادة			البعد الثالث التوقعات الايجابية للمستقبل			البعد الرابع التوقعات السلبية للمستقبل		
رقم العبارة	ارتباط العبارة بالبعد	مستوى الدلالة	رقم العبارة	ارتباط العبارة بالبعد	مستوى الدلالة	رقم العبارة	ارتباط العبارة بالبعد	مستوى الدلالة	رقم العبارة	ارتباط العبارة بالبعد	مستوى الدلالة
١	٠.٩٦٢	٠,٠١	١٠	٠.٩٥٣	٠,٠١	٢٠	٠.٩٢١	٠,٠١	٣٠	٠.٩٣٤	٠,٠١
٢	٠.٩٤٠	٠,٠١	١١	٠.٩٧٥	٠,٠١	٢١	٠.٩٢٨	٠,٠١	٣١	٠.٩٢٧	٠,٠١
٣	٠.٩٧٦	٠,٠١	١٢	٠.٩٦١	٠,٠١	٢٢	٠.٨٦٧	٠,٠١	٣٢	٠.٨٦٢	٠,٠١
٤	٠.٩٧٧	٠,٠١	١٣	٠.٩٥٦	٠,٠١	٢٣	٠.٩١٨	٠,٠١	٣٣	٠.٨٦٤	٠,٠١
٥	٠.٩٧٩	٠,٠١	١٤	٠.٩٣٤	٠,٠١	٢٤	٠.٨٩٦	٠,٠١	٣٤	٠.٨٩٩	٠,٠١
٦	٠.٩٦٣	٠,٠١	١٥	٠.٩٤٨	٠,٠١	٢٥	٠.٩٥٣	٠,٠١	٣٥	٠.٩٥٥	٠,٠١
٧	٠.٩٧٥	٠,٠١	١٦	٠.٩٢٧	٠,٠١	٢٦	٠.٨٧٤	٠,٠١	٣٦	٠.٩٤٤	٠,٠١
٨	٠.٩٦٥	٠,٠١	١٧	٠.٩١٢	٠,٠١	٢٧	٠.٩٢٥	٠,٠١	٣٧	٠.٨٨٠	٠,٠١
٩	٠.٩٣٦	٠,٠١	١٨	٠.٩٥١	٠,٠١	٢٨	٠.٩١٩	٠,٠١	٣٨	٠.٩٣٢	٠,٠١
			١٩	٠.٨٢٧	٠,٠١	٢٩	٠.٨٦٦	٠,٠١			

الطريقة الثانية: حيث تم حساب ارتباط كل عبارة (مفردة) بالدرجة الكلية للمقياس، على عينة التقنين البالغة (٤٠) من طلاب كلية التربية بكفرالشيخ خارج العينة الأساسية، كما هو موضح بالجدول رقم (٩)، حيث تم إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، وفق استجابات عينة التقنين.

ويتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية، وبين مجموع درجات المقياس ككل دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛

حيث تراوحت ما بين (٠.٨١٩ : ٠.٩٧١) مما يدل على ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس، مما يدل على أن المقياس على درجة مرتفعة من الصدق.

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية وبين مجموع درجات المقياس ككل، حيث (ن=٤٠).

رقم العبارة	ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة	رقم العبارة	ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة	رقم العبارة	ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة	رقم العبارة	ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة
١	٠.٩٥٠	٠,٠١	١٠	٠.٩٥١	٠,٠١	٢٠	٠.٩٠٠	٠,٠١	٣٠	٠.٩٢٣	٠,٠١
٢	٠.٩٢٢	٠,٠١	١١	٠.٩٧٢	٠,٠١	٢١	٠.٩١٤	٠,٠١	٣١	٠.٩١٩	٠,٠١
٣	٠.٩٦٣	٠,٠١	١٢	٠.٩٤٢	٠,٠١	٢٢	٠.٨٤٥	٠,٠١	٣٢	٠.٨٤٤	٠,٠١
٤	٠.٩٥٤	٠,٠١	١٣	٠.٩٤٦	٠,٠١	٢٣	٠.٨٩٤	٠,٠١	٣٣	٠.٨٣٥	٠,٠١
٥	٠.٩٧١	٠,٠١	١٤	٠.٩٠٢	٠,٠١	٢٤	٠.٨٧٢	٠,٠١	٣٤	٠.٨٧٨	٠,٠١
٦	٠.٩٦٢	٠,٠١	١٥	٠.٩٢٩	٠,٠١	٢٥	٠.٩٤٦	٠,٠١	٣٥	٠.٩٦٠	٠,٠١
٧	٠.٩٥٩	٠,٠١	١٦	٠.٩٤٢	٠,٠١	٢٦	٠.٨٧٤	٠,٠١	٣٦	٠.٩٤٩	٠,٠١
٨	٠.٩٦٤	٠,٠١	١٧	٠.٩٠٤	٠,٠١	٢٧	٠.٨٩٥	٠,٠١	٣٧	٠.٨٧٧	٠,٠١
٩	٠.٩٢٦	٠,٠١	١٨	٠.٩٢٧	٠,٠١	٢٨	٠.٩٣٨	٠,٠١	٣٨	٠.٩٠١	٠,٠١
			١٩	٠.٨١٩	٠,٠١	٢٩	٠.٨٤٢	٠,٠١			

الطريقة الثالثة: صدق الاتساق الداخلي (صدق التكوين) : أو ما يطلق عليه الصدق الارتباطي، وفيه تم ايجاد معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس الأربعة بعد السبل (Pathway)، بعد الارادة (Will)، بعد التوقعات الايجابية للمستقبل (Expected Future Positive)، بعد التوقعات السلبية للمستقبل (Expected Future Negative) بعضها البعض، وبينها وبين الدرجة الكلية وذلك للتأكد من ارتباط الأبعاد الأربعة بعضها ببعض والدرجة الكلية للمقياس.

يتضح من جدول (٩) ارتفاع معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية، وبين مجموع درجات المقياس ككل، مما يعني وجود ارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية بالاضافة إلى وجود ارتباط بين أبعاد المقياس بعضها البعض، حيث تراوحت ما بين

(٠.٩٥٢ : ٠.٩٨٨)، وهي معاملات ارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛، مما يدل على أن المقياس على درجة مرتفعة من الصدق.

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الأمل بعضها ببعض، وبينها وبين الدرجة الكلية للمقياس.

المحاور	السبل (Pathway)	الارادة (Will)	التوقعات الايجابية للمستقبل Expected Future Positive	التوقعات السلبية للمستقبل Expected Future Negative	الدرجة الكلية
السبل (Pathway)	١				
الارادة (Will)	٠,٩٧٢**	١			
التوقعات الايجابية للمستقبل Expected Future Positive	٠,٩٥٢**	٠,٩٦٩**	١		
التوقعات السلبية للمستقبل Expected Future Negative	-٠,٩٧٣**	-٠,٩٥٨**	-٠,٩٦٧**	١	
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٩٨٨**	٠,٩٨٨**	٠,٩٨٥**	٠,٩٨٧**	١

(* *) دالة عند مستوى (٠,٠١)

ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات المقياس بالطرق التالية:

- **التجزئة النصفية:** وتم حسابه بطريقتين الأولى تم فيها حساب معامل الارتباط بين استجابات عينة التقنين من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بكفرالشيخ على العبارات الفردية والزوجية لمقياس الأمل بأبعاده الأربعة الممثلة لمكونية المعرفي والانفعالي (السبل- الارادة- التوقعات الايجابية للمستقبل- التوقعات السلبية للمستقبل)، باستخدام معادلتي سبيرمان- براون، جيتمان (Spearman- Brown & Gutman)، حيث بلغت معاملات الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية (٠,٩٩٣، ٠,٩٩٣) على التوالي، وهي معاملات ارتباط مرتفعة، كما بلغ معامل الثبات (٠,٩٨٦)، وهو معامل ثبات مرتفع، مما يطمئن على استخدام المقياس، أما الطريقة الثانية

فقد تم تقسيم المقياس إلى مجموعتين من العبارات من (١-١٩)، (٢٠-٣٨)، وتم ايجاد معامل الارتباط بين درجات عبارات المجموعتين، حيث بلغت معاملات الارتباط باستخدام معادلتي سبيرمان- براون، جيتمان (Spearman - Brown & Gutman)، (٠,٩٨٩، ٠,٩٨٤) على التوالي، وهي معاملات ارتباط مرتفعة ومتقاربة، كما بلغ معامل الثبات (٠,٩٧٨) وهو معامل ثبات أيضاً، مما يطمئن على استخدام المقياس.

- **طريقة إعادة التطبيق:** وفيها تم تطبيق المقياس على عينة التقنين قوامها (٤٠) من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بكفرالشيح، مرتين متتاليين، وبفاصل زمني قدرة شهر، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني وبلغت قيمته (٠.٩٨) وهو معامل ارتباط مرتفع ، مما يوحى بتوافر شروط الثبات بالنسبة للمقياس.

- **معادلة ألفا كرونباخ:** اعتمدت الدراسة لحساب ثبات المقياس على معادلة (ألفا – كرونباخ) في حساب معامل الثبات من خلال البرنامج الحزم الإحصائية (SPSS)، حيث يتضح من جدول (١٠) أن معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية، تراوحت ما بين (٠.٩٧٤ : ٠.٩٩٠) وهي معاملات ثبات مرتفعة، كما أن معامل ألفا للدرجة الكلية للمقياس (٠.٩٩٥) مما يدل على أن المقياس على درجة مرتفعة من الثبات.

جدول (١٠)

معاملات ثبات مقياس الأمل باستخدام معادلة ألفا كرونباخ.

أبعاد المقياس	معامل الثبات
السبل (Pathway)	٠.٩٩٠
الارادة (Will)	٠.٩٨٤
التوقعات الايجابية للمستقبل Expected Future Positive	٠.٩٧٥
التوقعات السلبية للمستقبل Expected Future Negative	٠.٩٧٤
معامل الثبات الكلي	٠.٩٩٥

ب- مقياس الذكاء الوجداني:

أعدا المقياس "فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م) لقياس الذكاء الوجداني من خلال مكوناته الخمسة، وهي: المعرفة الانفعالية، إدارة الانفعالات، وتنظيمها، التعاطف، والتواصل الاجتماعي، والجدول التالي يوضح توزيع عبارات المقياس البالغة (٥٨) عبارة، على الأبعاد الخمسة التي تبناها معدا المقياس.

جدول (١١)

توزيع فقرات المقياس على مكونات الذكاء الوجداني.

البعد	أرقام العبارات داخل المقياس
المعرفة الانفعالية	١،٢،٣،٥،٧،٨،١٠،١٤،٤٩،٥١
إدارة الانفعالات	٤،٦،٩،١١،١٢،١٢،١٣،١٦،١٧،١٨،٢٦،٢٨،٣١،٥٠،٥٣،٥٦
تنظيم الانفعالات	١٥،١٩،٢٠،٢١،٢٢،٢٣،٢٤،٢٥،٢٧،٢٩،٣٠،٣٢،٥٨
التعاطف	٣٣،٣٤،٣٥،٣٧،٣٨،٤٠،٤١،٤٤،٥٤،٥٥،٥٧
التواصل الاجتماعي	٣٦،٣٩،٤٢،٤٣،٤٥،٤٦،٤٧،٤٨،٥٢

والجدول (١١) يوضح توزيع فقرات المقياس على مكونات الذكاء الوجداني وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٥٨-٢٩٠) درجة، حيث يتم الاجابة على عبارات المقياس بالاعتماد على قياس "ليكارت" (Likert) الخماسي (يحدث دائماً- يحدث غالباً- يحدث أحياناً - يحدث نادراً- لا يحدث أبداً)، وموضوع أمام هذه التقديرات خمس درجات هي: (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، على الترتيب وذلك عندما تكون العبارات ايجابية، بينما تكون هذه التقديرات في اتجاه عكسي (٥، ٤، ٣، ٢، ١) عندما تكون العبارات سلبية كما في العبارات أرقام (٣٦- ٥١- ٥٦)، وبذلك تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع الذكاء الوجداني لدى الفرد، وقد تمت عملية فحص عبارات المقياس من قبل معديه وثلاثة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة المنصورة، وذلك في ضوء التعريف الإجرائي للذكاء الوجداني، وبعد التعديلات تمت تجربة الصياغة اللفظية للتحقق من وضوح معنى كلّ كلمة في المقياس والفهم الواضح للتعليمات والخطوات الإجرائية للمقياس، وكذلك تم استخدام أسلوب التحليل العاملي (المتعامد) لتحديد العلاقة الحقيقية بين المتغيرات، وأسفر هذا التحليل عن تحديد الفقرات التابعة لكل مكون من مكونات الذكاء الوجداني، ثم قاما الباحثان بتطبيق المقياس على عينة قوامها (١٣٦) من طلاب كلية التربية جامعة المنصورة ذكور واناث،

وقد تم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس كما يلي:

صدق المقياس: قام الباحثان بفحص صدق المقياس بعدة طرق، هي:

- **الصدق التكويني من جانب محكمي المقياس،** حيث تم فحص المقياس بعد صياغته من جانب الباحثان وثلاثة من أعضاء هيئة التدريس كلية التربية جامعة المنصورة، وذلك في ضوء التعريف الاجرائي للذكاء الوجداني، وأسفر ذلك عن اجراء أربعة تعديلات في صياغة فقرات المقياس والتي كان الاتفاق عليها بنسبة (٨٠%) لكل منها والاتفاق على باقي الفقرات كانت بنسبة (١٠٠%).

- **صدق العبارات،** أي قدرة العبارة على التمييز بين مرتفعي الدرجة على المقياس الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى، وتم ذلك بحساب التباين بين الأرباعي الأعلى عن الأرباعي الأدنى من (٢٥ %) لعينة الدراسة، ولكل مفردة من مفردات المقياس.

- **صدق الاتساق الداخلي،** وتم ذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية، حيث اتضح صدق العبارات لمقياس الذكاء الوجداني بالاتساق الداخلي وقدرة العبارة على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء الوجداني كما يعكسه الأداء الكلي للمقياس، الأمر الذي يشير إلى كون المقياس على درجة مرتفعة من الصدق.

- **الصدق العاملى،** ولقد تم حساب الصدق العاملي من خلال مصفوفة معاملات ارتباط العوامل بعضها ببعض وارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس، كما هو موضح بالجدول (١٢).

جدول (١٢)

قيم معاملات الصدق العاملي والصدق الارتباطي لمقياس الذكاء الوجداني.

الأبعاد	إدارة الانفعالات	التعاطف	تنظيم الانفعالات	المعرفة الانفعالية	التواصل الاجتماعي	اليقظة
إدارة الانفعالات	١					٠.١٦٦*
التعاطف	٠.٢٣٧**	١				٠.١٦٩*
تنظيم الانفعالات	٠.٥٥٢**	٠.١٧٠*	١			٠.١٦١*
المعرفة الانفعالية	٠.٢٢٢**	٠.٢٦٣**	٠.١٨٠	١		٠.٢٠٢*
التواصل الاجتماعي	٠.٣٥٢**	٠.٥٥٤**	٠.٣٩٦**	٠.٢٤٩**	١	٠.١٣٦
لدرجة الكلية للمقياس	٠.٧٤٢**	٠.٦٦٤**	٠.٦٦٤**	٠.٤٨٢**	٠.٧٤٢**	٠.٢٤٦**

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)، (*) دالة عند مستوى (٠,٠٥)

- **الصدق التلازمي (الارتباطي)**، وتم حساب الصدق الارتباطي من خلال ارتباط درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية بدرجات أحد الاختبارات الفرعية لاختبار الاستعدادات العقلية (اختيار اليقظة العقلية) وذلك لعينة الدراسة، ويتضمن الجدول (١٢) نتائج هذا التحليل.

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس الحالي بأبعاده الخمسة من خلال معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ كما هو موضح بالجدول (١٣).

جدول (١٣)

معاملات الثبات لابعاد الذكاء الوجداني والدرجة الكلية باستخدام معادلة ألفا كرونباخ.

م	أبعاد المقياس	معامل الثبات
١	إدارة الانفعالات	٠.٥٥
٢	التعاطف	٠.٧٧
٣	تنظيم الانفعالات	٠.٦٤
٤	المعرفة الانفعالية	٠.٤٩
٥	التواصل الاجتماعي	٠.٥٨
٦	الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨١

حيث يتضح من الجدول السابق أن معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الذكاء الوجداني دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، وتراوحت ما بين (٠.٤٩: ٠.٧٧)، كما أن معامل ألفا للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨١) مما يدل على أن المقياس على درجة عالية من الثبات.

ومن خلال مراجعة بعض الدراسات والتي استخدمت مقياس الذكاء الوجداني إعداد "فاروق السيد عثمان، ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م) في البيئة المصرية والعربية على طلاب الجامعات ومنها دراسة (محمود مسلم ذياب الطلالعة، ٢٠٠٧م)، (عبد الرحمن بن عيد الجهني، ٢٠١١م)، ودراسة (موضي بنت محمد القاسم، ٢٠١١م)، والتي أوضحت جميعها وجود درجات مرتفعة من الصدق والثبات لهذا المقياس، الأمر الذي يشير إلى تمتع هذا المقياس بخصائص سيكومترية جيدة تجعل من استخدامة في الدراسة الحالية مطمئناً، وعليه سيكتفي الباحث بتطبيق المقياس في صورته النهائية (ملحق ٤) مباشرة دون حساب صدقه وثباته.

مقياس قلق المستقبل:

اعدت المقياس "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م) للتعرف على رأي الفرد الشخصي بوضوح في المستقبل من خلال مكوناته الخمسة، وهي: القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية، قلق الصحة وقلق الموت، القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)، اليأس في المستقبل، والخوف والقلق من الفشل في المستقبل، والجدول التالي يوضح توزيع عبارات المقياس البالغة (٢٨) عبارة، على الأبعاد الخمسة التي تبنتها معدة المقياس.

جدول (١٤)

توزيع فقرات المقياس على مكونات قلق المستقبل.

البعد	أرقام العبارات داخل المقياس
القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية	٢٤,٢٢,٢١,٢٠,١٧
قلق الصحة وقلق الموت	٢٦,٢٥,١٩,١٨,١٠
القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)	٢٨,٢٣,١٤,١٣,١١,٦,٣
اليأس في المستقبل	١٦,١٢,٩,٨,٧,٤
الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	٢٧,١٥,٥,٢,١

وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (صفر–١١٢) درجة، حيث يتم الاجابة على عبارات المقياس بالاعتماد على قياس "ليكارت" (Likert) الخماسي (معترض بشدة " لا "– معترض أحياناً " قليلاً "– بدرجة متوسطة–عادة " كثيراً "– دائماً " تماماً ")، وموضوع أمام هذه التقديرات خمس درجات هي:(٤، ٣، ٢، ١، صفر)، على الترتيب وذلك عندما يكون اتجاه البنود نحو قلق المستقبل سلبي، بينما تكون هذه التقديرات في اتجاه عكسي (صفر، ١، ٢، ٣، ٤) عندما يكون اتجاه البنود نحو قلق المستقبل ايجابي، وبذلك تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع قلق المستقبل لدى الفرد.

وقامت معدة المقياس بتطبيقه على عينة من الجنسين من فئات مختلفة وأعمار زمنية مختلفة، واشتملت عينة التقنين علي طلاب بالفرقة الرابعة بكلية التربية بطنطا– طلاب الدبلوم العام بكلية التربية بطنطا، وقد تم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس من خلال التالي:

صدق المقياس :

- **الصدق الظاهري:** حيث تم عرض المقياس على مجموعة من المتخصصين في مجال الصحة

النفسية والإرشاد النفسي.

- **صدق المحك (الصدق التجريبي):** حيث تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (١٢٠) طالب وطالبة (مناصفة) بالفرقة الرابعة بكلية التربية بطنطا (ضمن عينة التقنين) كما تم تطبيق مقياس القلق إعداد غريب عبد الفتاح" على ذات العينة وكان معامل الارتباط بين درجات المقياسين (٠,٨٧، ٠,٨٣، ٠,٨٤)، لكل من عينة الذكور وعينة الإناث والعينة الكلية على التوالي، وهو ارتباط دال ومرتفع مما يضمن صلاحية المقياس للاستخدام.

- **صدق المفردات (صدق التكوين):** تم حساب ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس ذلك على عينة طلاب وطالبات الكلية (٢٠٠) وكانت معاملات الارتباط دالة.

- **طريقة الاتساق الداخلي (صدق التكوين):** تم إيجاد معاملات الارتباط بين محاور المقياس الخمس وبين بعضهم البعض، وكذلك بين كل محور وبين الدرجة الكلية للمقياس وجميعها معاملات ارتباط مرتفعة وموجبة ودالة عند مستوى (٠,٠١) حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٦٧ – ٠,٩٣) وهذا يزيد من الاطمئنان على ارتفاع صدق المقياس لما وضع له.

- **صدق التمييز:** ويوضح إمكانية استخدام مقياس قلق المستقبل في الكشف عن الفروق بين المجموعات المختلفة في درجة قلق المستقبل وتبين أن قيمة "ف" جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، أي أن هناك فروقًا ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثنائية المختلفة، ومن ثم فإن المقياس لدية القدرة على التمييز بين فئات مختلفة مما يطمئن على صدقه وإمكانية استخدامه في القياس.

ثانياً - ثبات المقياس:

قامت الباحثة معدة المقياس"زنيب محمود شقير" بحساب الثبات بعدة طرق:

- **طريقة إعادة تطبيق الاختبار:** حيث تم تطبيقه على عينة من الجنسين من طلاب كلية التربية جامعة طنطا وعددها (٨٠) من كل جنس مرتين متتاليتين بفاصل زمني بينهما شهرًا، وقد بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٠,٨٤، ٠,٨٣، ٠،٨١)، لكل من عينة الذكور، وعينة الإناث، والعينة الكلية.

طريقة التجزئة النصفية:

تم حسابه بطريقتين:

أ- باستخدام معادلة "سبيرمان براون" (Sperman – Brown) للتجزئة النصفية، لعينة عددها (١٦٠) طالبًا وطالبة، وبلغ معامل الارتباط بين البنود الزوجية والفردية (٠,٨١٨) وبلغ معامل الثبات (٠,٨١٩) وهو معامل ثبات مرتفع ودال عند مستوى (٠,٠١) مما يطمئن على استخدام المقياس.

ب- تم تقسيم المقياس إلى مجموعتين من البنود، من (١-١٤)، (١٥-٢٨)، وتم إيجاد معامل الارتباط بين درجات بنود المجموعتين وبلغ (٠,٨١٢) وهو معامل ارتباط مرتفع ودال عند مستوى الدلالة (٠,٠١).

- طريقة كرونباخ (معامل ألفا): حيث تم حساب معامل ألفا على عينة من الذكور والإناث من طلاب الجامعة، مقدارها (١٠٠) طالب وطالبة، وبلغ معامل الثبات (٠,٨٨٢، ٠,٩١١، ٠,٩٢٣) لعينة الذكور، الإناث، والعينة الكلية، على التوالي. وهي معاملات ثبات مرتفعة للمقياس.

ومن خلال مراجعة بعض الدراسات والتي استخدمت مقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م) في البيئة المصرية على طلاب الجامعات ومنها دراسة "خالد بن الحميدي العنزي" (٢٠١٠م)، ودراسة "زينب محمود شقير" (٢٠١١م)، والتي أوضحت جميعها وجود درجات مرتفعة من الصدق والثبات لهذا المقياس، الأمر الذي يشير إلى تمتع هذا المقياس بخصائص سيكومترية جيدة تجعل من استخدامة في الدراسة الحالية مطمئناً، وعليه سيكتفي الباحث بتطبيق المقياس في صورته النهائية (ملحق ٥) مباشرة دون حساب صدقه وثباته.

ثانياً : إجراءات الدراسة:

١- قام الباحث بالاطلاع على الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الأمل والذكاء الوجداني وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، وكذلك الأدب السيكولوجي المتعلق بموضوع الدراسة الحالية.

٢- إعداد مقياس الأمل وعرضه على الخبراء والمتخصصين في علم النفس والصحة النفسية، لإبداء الرأي حول مناسبة عباراته لطبيعة البحث وعينة الدراسة.

٣- بعد الاطلاع على النظريات والدراسات السابقة، تبنى الباحث وجهة النظر التكاملية للأمل، كونه مفهوم ذا مكونين الأول معرفي والثاني انفعالي أو ما يطلق عليه اصطلاحاً "المعرفة الانفعالية" (The Affective cognition)، وعلية تبنى الباحث وجهة النظر المعرفية لسنايدر وآخرون (Snyder et al., 1991) بالاعتماد على الصيغة العربية لمقياس "سنايدر" لسمة الأمل (أحمد محمد عبدالخالق، ٢٠٠٤م، ١٨٣-١٩٢)، ووجهة النظر الانفعالية "ستاتس و ستاسين" (Staats& Stassen, 1985)، وعليه تم تحديد أربعة أبعاد رئيسية ممثلة لمكوني الأمل، المكون المعرفي وتمثلت أبعاده في السبل (Pathway)، والإرادة (Will)، والمكون الانفعالي وكانت أبعاده ممثلة في بعد التوقعات الايجابية للمستقبل (Expected Future Positive) وبعد التوقعات السلبية للمستقبل (Expected Future Negative).

٤- تمت صياغة عبارات المقياس وفقاً لأراء السادة المحكمين وفق أسلوب التقرير الذاتي (العبارات التقريرية) في بناء فقرات المقياس، بمكونيه المعرفي والانفعالي، بحيث تتم الاستجابة لكل منها على تدرج خماسي البدائل وفق قياس "ليكارت" (Likert)، وعلى المفحوص أن يحدد مدى انطباق كل فقرة علية في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد من أبعاد المقياس الأربعة.

٥- تم عرض عبارت المقياس على السادة المحكمين في صورته الأولية (ملحق ١)، وكانت عدد عبارته الأولية (٤٤) موزعة بالتساوي على أبعاد المقياس الأربعة بواقع (١١) عبارة لكل بعد كما هو موضح في (ملحق ٣)، وفي ضوء آراء السادة المحكمين تم تعديل صياغة بعض العبارات وحذف بعض العبارات التي لم تصل نسبة الاتفاق عليها إلى (٨٠%) من جانب السادة المحكمين.

٦- قام الباحث باجراء دراسة استطلاعية بهدف التأكد من الكفاءة القياسية لمقياس الأمل من خلال تطبيقة على عينة تقنين قوامها (٤٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية بكفرالشيخ ومن خارج عينة التطبيق الأساسية، وذلك خلال شهري نوفمبر وديسمبر (٢٠١٦م)، وقد أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن ملاءمة المقياس للمشاركين وصلاحيته للتطبيق، حيث تم حساب صدق المقياس بطريقتي صدق المحكمين وصدق التكوين (صدق المفردات، صدق الاتساق الداخلي)، وتم حساب ثبات المقياس بثلاثة طرق هي التجزئة النصفية، إعادة التطبيق، ومعادلة ألفا كرونباخ.

٧- تطبيق مقياس قلق المستقبل إعداد "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م) على العينة المبدئية وعددها (٤٨٠) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بكفرالشيخ ليس من ضمنها عينة

التقنين، واختيار عدد (١٢٠) طالب وطالبة من ذوي الدرجات المرتفعة بالطريقة العشوائية الطبقية العنقودية مناصفة وفق متغيرات الجنس (ذكر–أنثى)، والتخصص (علمي–أدبي)، واختيار عدد (١٢٠) طالب وطالبة من ذوي الدرجات المنخفضة بالطريقة العشوائية الطبقية العنقودية مناصفة وفق متغيرات الجنس (ذكر–أنثى)، والتخصص (علمي–أدبي) أيضاً.

٨– تطبيق مقياسي الذكاء الوجداني إعداد "فاروق السيد عثمان، ومحمد عبدالسميع رزق" (٢٠٠١م) ومقياس الأمل إعداد الباحث، والاجابة عن تسأؤلات الدراسة.

ثالثاً: خطوات الدراسة:

١- تقنين مقياس الأمل إعداد الباحث:

حيث قام الباحث بتطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (٤٠) طالب وطالبة من مجتمع الدراسة المقدر عددها (٩٦١) طالب وطالبة، ومن خارج العينة الأساسية للدراسة في الفترة من ٢٠١٦/١١/١م إلى ٢٠١٦/١٢/١م، وذلك بغرض التعرف على مدى وضوحها وملاءمتها للتطبيق على عينة الدراسة، وحساب المعاملات العلمية للمقاييس، حيث تم حساب صدق المقياس بطريقتين هما صدق المحكمين (الصدق الظاهري)، وصدق الاتساق الداخلي، وتم حساب ثبات المقياس بثلاث طرق هي: التجزئة النصفية، إعادة التطبيق، ومعادلة ألفا كرونباخ، وقد أشارت النتائج إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات.

٢- تطبيق أدوات الدراسة:

– بعد اختيار العينة الأساسية (عينة التطبيق) بالطريقة العشوائية الطبقية العنقودية، قام الباحث بتطبيق أدوات الدراسة على جميع أفراد العينة قيد الدراسة وذلك في الفترة من ٢٠١٦/١٢/٣م إلى ٢٠١٧/١/٣م.

– تم جمع وتصحيح أدوات الدراسة طبقاً لتعليمات واضعيها، ثم رصد الدرجات في كشوف وجداول خاصة وذلك تمهيداً لمعالجتها إحصائياً بالحاسب الآلي من خلال حزمة البرامج الاحصائية (SPSS)، ثم تم تحليل النتائج وتفسيرها في ضوء الفروض، وتقديم التوصيات في ضوء النتائج.

الفصل الخامس

نتائج الدراسة و التوصيات

أولاً : نتائج الدراسة ومناقشتها.

ثانياً : توصيات الدراسة.

الفصل الخامس

نتائج الدراسة والتوصيات

تُعَدُّ النتائج والتفسير هما محصلة البحث والإسهام العلمي المتوقع من الدراسة، ويقدم الباحث في هذا الفصل النتائج التي توصل إليها والتفسير الذي قدم لهذه النتائج في ضوء الاطار النظري والدراسات السابقة، وينتهي الفصل بعرض للتوصيات التربوية المهمة.

أولاً: نتائج الفروض ومناقشتها:

١. نتائج الفرض الأول ومناقشتها وتفسيرها: والذي ينص على "لا يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، وقلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينها على الأمل لدى طلاب كلية التربية".

وللتحقق من هذا الفرض استخدم الباحث اختبار تحليل التباين الثلاثي (٢×٢×٢) (النوع × التخصص الأكاديمي × وقلق المستقبل) على مقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية، كما استخدم مربع إيتا لمعرفة حجم تأثير المتغيرات الثلاثة على الأمل، وجاءت النتائج كما بالجدولين (١٥) و (١٦).

جدول (١٥)

المتوسط الحسابي لمتغير الأمل وفقًا للنوع والتخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل لعينة من طلاب كلية التربية

المتغيرات	النوع		التخصص الأكاديمي		مستوى قلق المستقبل	
	ذكور ن =(١٢٠)	إناث ن = (١٢٠)	علمي ن = (١٢٠)	أدبي ن = (١٢٠)	منخفض ن = (١٢٠)	مرتفع ن = (١٢٠)
الدرجة الكلية للأمل	١٢٠,٠٠	٨٥,٩٢	١٠٣,١٨	١٠٢,٧٣	١٤٢,٤٣	٦٣,٤٨

تشير النتائج الواردة في جدول (١٥) إلى أن المتوسطات الحسابية في الأمل وفق متغيرات النوع، والتخصص الأكاديمي، ومستوى قلق المستقبل تراوحت ما بين (٦٣,٤٨-١٤٢,٤٣)، وجاء مستوى قلق المستقبل المنخفض في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي قدره (١٤٢,٤٣)، وفي

المرتبة الثانية النوع (ذكور) بمتوسط حسابي قدره (١٢٠,٠٠)، وفي المرتبة الثالثة التخصص الأكاديمي (علمي) بمتوسط حسابي قدره (١٠٣,١٨)، وفي المرتبة الرابعة التخصص الأكاديمي (أدبي) بمتوسط حسابي قدره (١٠٢,٧٣)، وفي المرتبة الخامسة النوع (إناث) بمتوسط حسابي قدره (٨٥,٩٢)، وجاء مستوى قلق المستقبل المرتفع في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي قدره (٦٣,٤٨).

جدول (١٦)

قيمة "ف" ودلالتها لتأثير (النوع × التخصص الأكاديمي × مستوى قلق المستقبل) على مقياس الأمل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	حجم التأثير
النوع (أ)	٦٩٧٠٠,٤١٧	١	٦٩٧٠٠,٤١٧	٤٧١٨,٤٦٦	٠,٠٠٠	٠,٩٥٣
التخصص الأكاديمي (ب)	١٢,١٥٠	١	١٢,١٥٠	٠,٨٢٣	٠,٣٦٥	٠,٠٠٤
قلق المستقبل (ج)	٣٧٣٩٨٦,١٥	١	٣٧٣٩٨٦,١٥	٢٥٣١٧,٥٠٨	٠,٠٠٠	٠,٩٩١
تفاعل أ × ب	٤٣,٣٥٠	١	٤٣,٣٥٠	٢,٩٣٥	٠,٠٨٨	٠,٠١٢
تفاعل أ × ج	٢١٠٠,٤١٧	١	٢١٠٠,٤١٧	١٤٢,١٩١	٠,٠٠٠	٠,٣٨٠
تفاعل ب × ج	١٨٠٤,٠١٧	١	١٨٠٤,٠١٧	١٢٢,١٢٥	٠,٠٠٠	٠,٣٤٥
تفاعل أ × ب × ج	٢٨,٠١٧	١	٢٨,٠١٧	١,٨٩٧	٠,١٧٠	٠,٠٠٨
تباين الخطأ	٣٤٢٧,٠٦٧	٢٣٢	١٤,٧٧٢	—	—	—

يتضح من جدول (١٦) ما يلي:

بالنسبة لمتغير النوع:

- وجود تأثير دال إحصائيًا للنوع (ذكور/ إناث) على مقياس الأمل عند مستوى دلالة (٠,٠١) وحجم تأثير (٠,٩٥٣)، وبالنظر للمتوسطات الحسابية بالجدول رقم (١٥) فأنه يتبين أن هذه الفروق جاءت لصالح الذكور.

بالنسبة لمتغير التخصص الأكاديمي:

- عدم وجود تأثير دال إحصائيًا للتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على مقياس الأمل.

بالنسبة لمتغير مستوى قلق المستقبل:

– وجود تأثير دال إحصائيًا لقلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) على مقياس الأمل عند مستوى دلالة (٠,٠١) وحجم تأثير (٠,٩٩١)، وبالنظر للمتوسطات الحسابية بالجدول رقم (١٥) فأنه يتبين أن هذه الفروق جاءت لصالح منخفضي قلق المستقبل.

بالنسبة لتفاعل متغيريّ النوع والتخصص الأكاديمي:

– عدم وجود تأثير دال إحصائيًا لتفاعل متغيريّ النوع والتخصص الأكاديمي في تأثيرهما المشترك على مقياس الأمل.

بالنسبة لتفاعل متغيريّ النوع و مستوى قلق المستقبل:

– وجود تأثير دال إحصائيًا لتفاعل متغيريّ النوع وقلق المستقبل في تأثيرهما المشترك على مقياس الأمل عند مستوى دلالة (٠,٠١) وحجم تأثير (٠,٣٨٠).

بالنسبة لتفاعل متغيريّ التخصص الأكاديمي و مستوى قلق المستقبل:

– وجود تأثير دال إحصائيًا لتفاعل متغيريّ التخصص الأكاديمي وقلق المستقبل في تأثيرهما المشترك على مقياس الأمل عند مستوى دلالة (٠,٠١) وحجم تأثير (٠,٣٤٥).

بالنسبة لتفاعل متغير النوع والتخصص الأكاديمي و مستوى قلق المستقبل:

– عدم وجود تأثير دال إحصائيًا لتفاعل متغير النوع والتخصص الأكاديمي وقلق المستقبل في تأثيرهم المشترك على مقياس الأمل.

وهذه النتائج تحقق الفرض الأول جزئيًا، ويمكن تفسير نتائج الفرض الأول كما يلي:

بالنسبة لمتغير النوع: أوضحت النتائج وجود تأثير دال إحصائيًا بالنسبة لمتغير النوع (ذكور/إناث) على الدرجة الكلية لمقياس الأمل لصالح الذكور، وقد يرجع ذلك إلى طبيعة النمط الغالب في المجتمع المصري من كون الذكور أشد حرصاً وتصميماً وقدرة على تحمل أعباء الحياة المستقبلية عنه في الإناث، وهو ما يتوافق ووجهة نظر "استوتلاند" الذي أشار إلى وجود علاقة للأمل بالجنس، حيث أكدت نتائج بعض الدراسات إلى اختلاف امتلاك الأمل لدى الأفراد وفقاً للنوع، حيث وجد أن النساء أقل أملاً من الرجال، وقد يرجع هذا لقلة الطموحات الخاصة بالمرأة وكذلك مجموعة القيود والعقبات التى تواجه المرأة دون الرجل في المجتمع المصري والتي ترجع للعادات والتقاليد، وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية ونتائج دراسات أخرى عديدة منها دراسة " أمارا

وآخرون " (Ammara Rehman et al, 2014) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق في متغيري الدراسة (قلق المستقبل والأمل) ترجع إلى النوع لدى طلاب جامعة "ساراجودا".

كما اتفقت ونتائج دراسة "ميهاك باتول وآخرون" (Mehak Batool et al , 2014) والتي كشفت عن الاختلافات بين الجنسين في الأمل وبعديه حيث وجدت أن مستوى الأمل وبعديه أعلى بين الذكور مقارنة بالإناث، وكذلك نتائج دراسة كلاً من اندريا والنسكي وجيسكا جيناو (Aundreah Walenski &Jessica Genaw, 2015) والتي كان من نتائجها أن الذكور أكثر شعوراً بالأمل من الإناث خاصة حينما يواجهون ضغوط الحياة فى تلك المرحلة (طلاب الجامعة) نظراً لقدرتهم على التماسك أكثر من الإناث، وهو ما يتوافق ونتائج الدراسة الحالية.

واختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات أخرى منها دراسة "أحمد عبد الخالق وسنايدر" (Abdel Khalek & Snyder, 2007) والتي كشفت عن عدم وجود فروق في التفاؤل والأمل، والسعادة، والرضا عن الحياة تعزي لمتغير النوع (ذكر، أنثى) لدى طلاب الجامعة، واختلفت أيضاً مع دراسة عويد سلطان المشعان (٢٠١٠م) والتي كشفت نتائجها عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فى الصلابة النفسية ومتغير الأمل.

كما اختلفت مع نتائج دراسة "توماس بريستر" (Priester,2012) التي أشارت إلى اختلاف مستوى الأمل على مقياس سنايدر للأمل لدى عينة الدراسة لصالح الإناث، وقد ارجعت ذلك إلى اختلاف الخصائص السيكومترية لديهم، واختلفت أيضاً ونتائج دراسة "هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ" (٢٠١٥م) والتي أشارت إلى إلى تمتع عينة الدراسة بمستوى عال من الأمل، وعدم وجود أثر لمتغير الجنس في ذلك، وقد يرجع الاختلاف بين نتائج الدراسة الحالية ونتائج الدراسات السابقة إلى اختلاف طبيعة المجتمع ذاته، فكل مجتمع وله من العادات والتقاليد، والطبيعة المتغايره في كافة نواحي الحياة الاقتصادية والاجتماعية، وكذلك طبيعة وخصوصية المشكلات التي تسود فيه، ما يجعل للنوع دوراً في مستويات الأمل لدى طلاب الجامعة، وقد يعود الأمر إلى قلة الدراسات التي تناولت الأمل لدى طلاب الجامعات المصرية وأثر الجنس عليه.

بالنسبة لمتغير التخصص الأكاديمي: أوضحت النتائج عدم وجود تأثير دال إحصائيًا للتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على مقياس الأمل، وقد يرجع ذلك إلى حجم الضغوط التي يقع تحتها طلاب الجامعة حينما ينظرون إلى المستقبل فلا يجدون فرص عمل تتناسب وقدراتهم العلمية

والمهنية، فهم ينظرون إلى من تخرجوا قبلهم ولم تفيدهم مؤهلاتهم العلمية في الحصول على فرصة عمل مناسبة، بالاضافة إلى ذلك سوء الحالة الاقتصادية بالبلاد عقب ثورتين أنهكتا الاقتصاد الوطني، وما يقابل ذلك من ارتفاع متزايد في تكاليف المعيشة، هذه الضغوط الحالية لا تفرق بين طلاب الجامعة وفق التخصص الأكاديمي، فالاثنين يقعان تحت نفس الضغوط ونفس المشكلات.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية ونتائج دراسات أخرى منها دراسة "محمد إبرهيم عسلية وأسامة سعيد حمدونة" (٢٠١٥م) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً للتخصص العلمي لدى طلاب كلية التربية بجامعة الأزهر بغزة"، واتفقت أيضا ونتائج دراسة "هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ" (٢٠١٥م) والتي أشارت إلى عدم وجود أثر لمتغير التخصص الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

في حين اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات أخرى منها دراسة "موضي بنت محمد القاسم" (٢٠١١م) والتي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الأمل (الدرجه الكلية) تبعاً لمتغير التخصص العلمي بين طلاب الجامعة.

بالنسبة لمتغير مستوى قلق المستقبل: أوضحت النتائج وجود تأثير دال إحصائيًا بالنسبة لمتغير مستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) على الدرجة الكلية لمقياس الأمل لصالح منخفضي قلق المستقبل، وقد يرجع ذلك إلى أن انخفاض مستوى قلق المستقبل يؤدي إلى وجود فروق في مستويات الأمل لديهم، ذلك أن شعور الفرد بعدم الاطمئنان لما قد يحدث في المستقبل، واستغراقه في النظرة السلبية تجاه المستقبل، وعدم القدرة على مواجهة الضغوط والأحداث الحياتية القادمة، كنتيجة طبيعية لشعوره بعدم القدرة على إشباع حاجاته، بالاضافة إلى مختلف التأثيرات السلبية التي يتركها الخوف والقلق من المستقبل على الفرد، كالتشاؤم وانعدام الثقة والانطواء وانخفاض مفهوم الذات، كل هذا يؤدي لعدم استقراره ومن ثم عدم شعوره بالأمل، وعليه فكلما ارتفعت مستويات القلق من المستقبل كلما انخفض الأمل، وكلما انخفضت مستويات القلق من المستقبل كلما ارتفع الأمل.

وهو ما يتفق ودراسة "أحمد عبد الخالق وسنايدر"(Abdel Khalek & Snyder, 2007) والتي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباط سالبة ودالة إحصائياً بين الأمل والقلق بوجه عام، واتفقت أيضاً مع نتائج دراسة "عبدالحميد سعيد حسن" (٢٠١٠م) والتي أشارت إلى وجود علاقة إيجابية بين الشعور بالأمل ومستوى الصلابة النفسية، وعلاقة سالبة بين الشعور بالأمل والضغوط

النفسية، والتي يشعر بها طلاب الجامعة نتيجة طبيعية للقلق من المستقبل وضغوط الحياة المختلفة، واتفقت ودراسة اندريا وجيسكا(Aundreah Walenski&Jessica Genaw ,2015) والتي أشارت نتائجها إلى شعور طلاب الجامعة بالأمل عندما يواجهون ضغوط الحياة، ويستطيعون التغلب عليها، ومن ثم تنخفض لديهم درجة الخوف والقلق من المستقبل، وتوافقت أيضاً ودراسة لابونسكا (Labunskaya V.A. ,2011) والتي أشارت إلى كون الأمل مؤشر للأمن النفسي للفرد والمجتمع، ذلك أن الأمل يعطي للفرد مستوى عال من التوافق الإيجابي تجاه المواقف الضاغطة، فيظهر الأمل عندما يشعر الفرد بأن قدراته وامكاناته والظروف المحيطة قد تمنحه القدرة على تحقيق أهدافه، مما يعد مصدراً لأمنه النفسي، وهو نفس ما أشارت إليه دراسة توماس بريستر (Priester, 2012) من وجود علاقة بين الأمل والأداء الاكاديمى لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة للدرجة التي يمكن من خلاله التنبؤ بالأداء الاكاديمى لهؤلاء الطلاب، وهو ما يعكس حالة الاستقرار النفسي التي يكون مصدرها الأمل.

٢. نتائج الفرض الثاني ومناقشتها وتفسيرها: والذي ينص على " لا يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/مرتفع)، والتفاعل بينها على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية"

وللتحقق من هذا الفرض استخدم الباحث اختبار تحليل التباين الثلاثي (٢×٢×٢) (النوع × التخصص الأكاديمي × ومستوى قلق المستقبل) على مقياس الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، كما استخدم مربع إيتا لمعرفة حجم تأثير المتغيرات الثلاثة على الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني، وجاءت النتائج كما بالجدولين (١٧) و (١٨).

جدول (١٧)

المتوسط الحسابي لمتغير الذكاء الوجداني وفقًا للنوع والتخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل لعينة من طلاب كلية التربية

المتغيرات	النوع		التخصص الأكاديمي		مستوى قلق المستقبل	
	ذكور ن =(١٢٠)	إناث ن = (١٢٠)	علمي ن = (١٢٠)	أدبي ن = (١٢٠)	منخفض ن = (١٢٠)	مرتفع ن = (١٢٠)
الدرجة الكلية للذكاء الوجداني	١٨٤,٤٢	١٤٥,٠٧	١٦٤,٢٠	١٦٥,٢٨	٢١٦,٨٤	١١٢,٦٤

وتشير النتائج الواردة في جدول (١٧) إلى أن المتوسطات الحسابية في الذكاء الوجداني وفق متغيرات النوع، والتخصص الأكاديمي، ومستوى قلق المستقبل تراوحت ما بين (١١٢,٦٤-٢١٦,٨٤)، وجاء مستوى قلق المستقبل المنخفض في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي قدره (٢١٦,٨٤)، وفي المرتبة الثانية النوع (ذكور) بمتوسط حسابي قدره (١٨٤,٤٢)، وفي المرتبة الثالثة التخصص الأكاديمي (أدبي) بمتوسط حسابي قدره (١٦٥,٢٨)، وفي المرتبة الرابعة التخصص الأكاديمي (علمي) بمتوسط حسابي قدره (١٦٤,٢٠)، وفي المرتبة الخامسة النوع (إناث) بمتوسط حسابي قدره (١٤٥,٠٧)، وجاء مستوى قلق المستقبل المرتفع في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي قدره (١١٢,٦٤).

جدول (١٨)

قيمة "ف" ودلالتها لتأثير (النوع × التخصص الأكاديمي × مستوى قلق المستقبل) على مقياس الذكاء الوجداني

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	حجم التأثير
النوع (أ)	٩٢٩٠٥,٣٥٠	١	٩٢٩٠٥,٣٥٠	٢٠٧٧,٢٣١	٠,٠٠	٠,٩٠٠
التخصص الأكاديمي (ب)	٧٠,٤١٧	١	٧٠,٤١٧	١,٥٧٤	٠,٢١١	٠,٠٠٧
قلق المستقبل (ج)	٦٥١٤٥٨,٤٠٠	١	٦٥١٤٥٨,٤٠٠	١٤٥٦٥,٦٨٠	٠,٠٠٠	٠,٩٨٤
تفاعل أ × ب	٩٣,٧٥٠	١	٩٣,٧٥٠	٢,٠٩٦	٠,١٤٩	٠,٠٠٩
تفاعل أ × ج	٩٢٢٥,٦٠٠	١	٩٢٢٥,٦٠٠	٢٠٦,٢٧١	٠,٠٠٠	٠,٤٧١
تفاعل ب × ج	٥٥٦٨,٠٦٧	١	٥٥٦٨,٠٦٧	١٢٤,٤٩٤	٠,٠٠٠	٠,٣٤٩
تفاعل أ × ب × ج	٠,٠٦٧	١	٠,٠٦٧	٠,٠٠١	٠,٩٦٩	٠,٠٠٠
تباين الخطأ	١٠٣٧٦,٣٣٣	٢٣٢	٤٤,٧٢٦	—	—	—

يتضح من جدول (١٨) السابق ما يلي:

بالنسبة لمتغير النوع:

- وجود تأثير دال إحصائيًا للنوع (ذكور/ إناث) على مقياس الذكاء الوجداني عند مستوى دلالة (٠,٠١) وحجم تأثير (٠,٩٠٠)، لصالح الذكور.

بالنسبة لمتغير التخصص الأكاديمي:

- عدم وجود تأثير دال إحصائيًا للتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على مقياس الذكاء الوجداني.

بالنسبة لمتغير مستوى قلق المستقبل:

- وجود تأثير دال إحصائيًا لمستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) على مقياس الذكاء الوجداني عند مستوى دلالة (٠,٠١) وحجم تأثير (٠,٩٨٤)، لصالح منخفضي قلق المستقبل.

بالنسبة لتفاعل متغيريّ النوع والتخصص الأكاديمي:

- عدم وجود تأثير دال إحصائيًا لتفاعل متغيريّ النوع والتخصص الأكاديمي في تأثيرهما المشترك على مقياس الذكاء الوجداني.

بالنسبة لتفاعل متغيريّ النوع و مستوى قلق المستقبل:

- وجود تأثير دال إحصائيًا لتفاعل متغيريّ النوع وقلق المستقبل في تأثيرهما المشترك على مقياس الذكاء الوجداني عند مستوى دلالة (٠,٠١) وحجم تأثير (٠,٤٧١).

بالنسبة لتفاعل متغيريّ التخصص الأكاديمي و مستوى قلق المستقبل:

- وجود تأثير دال إحصائيًا لتفاعل متغيريّ التخصص الأكاديمي وقلق المستقبل في تأثيرهما المشترك على مقياس الذكاء الوجداني عند مستوى دلالة (٠,٠١) وحجم تأثير (٠,٣٤٩).

بالنسبة لتفاعل متغير النوع والتخصص الأكاديمي و مستوى قلق المستقبل:

- عدم وجود تأثير دال إحصائيًا لتفاعل متغير النوع والتخصص الأكاديمي وقلق المستقبل في تأثيرهم المشترك على مقياس الذكاء الوجداني.

وهذه النتائج تحقق الفرض الثاني جزئيًا، ويمكن تفسير نتائج الفرض الثاني كما يلي:

بالنسبة لمتغير النوع: أوضحت النتائج وجود تأثير دال إحصائيًا بالنسبة لمتغير النوع (ذكور/إناث) على الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني لصالح الذكور، وقد يرجع ذلك إلى كون الذكور أشد جرأة عن الإناث، وأنهم أكثر تفهماً لمشاعر الأخرين، وأكثر تعاملاً مع الأخر بهدف الانفتاح على عالم ما بعد التخرج ومحاولة الفوز بمهنة تناسب قدراتهم وامكاناتهم، وهو ما يعكس أيضاً الطبيعة السائدة لدى الإناث في المجتمع المصري من التدين وعدم الاختلاط مع الجنس الأخر، مما يعطي فرصة أكبر للذكور بالتمتع بمهارات الذكاء الوجداني.

وهو ما يتفق ونتائج دراسة "مصطفى رشاد الأسطل" (٢٠١٠م) والتي أشارت نتائجها إلى وجود أثر لمتغير الجنس على كل من مستوى الذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة.

وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية ونتائج دراسة "أيمن غريب ناصر" (٢٠١١م) والتي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين على متغيرات الذكاء الوجداني وإدارة الضغوط.

واتفقت أيضاً ونتائج دراسة "عدنان محمد القاضي" (٢٠١٢م) والتي أشارت إلى وجود أثر للجنس على مستويات الذكاء الوجداني ومستوى الاندماج الجامعي.

كما اتفقت أيضاً نتائج الدراسة الحالية ونتائج دراسة "حمزه سليم الزغيلات" (٢٠١٦م) والتي أشارت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيه في مستوى الذكاء الوجداني ترجع لمتغير الجنس.

في حين اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات أخرى منها دراسة كل من "سيلك ودينز" (Seher Celik& Engin Deniz, 2008) والتي أشارت إلى أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى الذكاء الوجداني، أى أن النوع ليس له تأثير ذو دلالة إحصائية على الذكاء الوجداني.

كما اختلفت أيضاً مع نتائج دراسة ميهاك باتول وآخرون (Mehak Batool et al , 2014) والتي أشارت إلى أنه لا يوجد تأثير للجنس على الذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة من البالغين.

بالنسبة لمتغير التخصص الأكاديمي: أوضحت النتائج عدم وجود تأثير دال إحصائيًا للتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على مقياس الذكاء الوجداني، وقد يرجع ذلك إلى حالة الاحباط التي تسود مجتمع الجامعة تجاه المستقبل سواء أكانوا تخصصات علمية أو أدبية، فكلاهما يقع تحت نفس الضغوط، ومن ثم فإن لديهم حالة من عدم الثبات الانفعالي تجاه النفس وتجاه الأخرين، وهو ما يتضح من الجدول (١٧) حيث يتضح أن التخصص الأكاديمي (أدبي) اتخذ المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي قدره (١٦٥,٢٨)، وفي المرتبة الرابعة التخصص الأكاديمي (علمي) بمتوسط حسابي قدره (١٦٤,٢٠) في المتوسطات الحسابية لمتغير الذكاء الوجداني وفقًا للنوع والتخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل لعينة من طلاب كلية التربية.

وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة "عدنان محمد القاضي" (٢٠١٢م) والتي أشارت إلى عدم وجود أثر للتخصص العلمي على متغيرات الدراسة الأساسية كالذكاء الوجداني ومستوى الاندماج الجامعي.

واتفقت أيضاً ونتائج دراسة "حمزه سليم الزغيلات" (٢٠١٦م) والتي أشارت إلى وعدم وجود فروق ذات دلاله إحصائيه في مستوى الذكاء الوجداني لدى طلبة كلية علوم الرياضه في جامعة مؤتة تعزى لمتغير الرغبه في التخصص.

في حين اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة "محمد إبراهيم هلال" (١٩٩٩م) التي أشارت إلى وجود فروق بين طلاب الجامعة ترجع للتخصص العلمي، وكانت في اتجاه التخصصات العلمية، واختلفت أيضاً ونتائج دراسة "عباس نوح الموسوي" (٢٠٠٨م) والتي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً لأثر التخصص لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة في مستويات الذكاء الوجداني.

كما اختلفت أيضاً مع نتائج دراسة "إبراهيم باسل أبو عمشة" (٢٠١٣م) والتي أشارت إلى وجود فروق في الذكاء الوجداني والذكاء الاجتماعي والشعور بالسعادة تبعاً لمتغير التخصص لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة في محافظة غزه.

بالنسبة لمتغير مستوى قلق المستقبل: أوضحت النتائج وجود تأثير دال إحصائيًا بالنسبة لمتغير مستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) على الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني لصالح منخفضي قلق المستقبل، وقد يرجع ذلك إلى حالة الاتزان التي يعيش فيها الأفراد ذوي قلق المستقبل المنخفض، ذلك أن مزاجهم الشخصي يتسم بالايجابية والبعد عن السلبية، ولديهم ثقة كبيرة في ذواتهم، مما يجعلهم أكثر قدرة على التفاعل بشكل ايجابي مع الذات ومع الأخرين، فهم قادرين على التعامل مع الأخر وفهم مشاعره وقبل ذلك تفهم مشاعرهم الذاتية، وهو ما يوضح ارتفاع مستويات الذكاء الوجداني لديهم، وهي نفس وجهة نظر "ماير" (Mayer, 1986& 1995& 1996)، والعكس صحيح، حيث نجد أن أصحاب المزاج السلبي، غالباً ما يميلون إلى الاعتقاد بأنهم مرضى أو مصابين بالأمراض، فنجدهم يغرقون في المشاعر السلبية، فتقل ثقتهم في أنفسهم، فتؤثر الإحباطات سلباً على حياتهم الحالية والمستقبلية، مما يجعل معظم قرارتهم التي يتخذونها خاطئة، فتسوء علاقاتهم بالأخرين.

فقد أثبتت الدراسات أن من يتسمون بالذكاء الوجداني لديهم مهارة كبيرة في إدارة الكثير الضغوط التي تقابلهم، لأنهم يتميزون بثبات انفعالي، وقدرة كبيرة على حل المشكلات، والثقة بالنفس، والتعامل مع كافة الاضطرابات الانفعالية بكل ثبات، فهم أقل رهبة وخوف من المستقبل كما أشار "ماير"، وهذا ما يوجد هذه الفروق بين مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل في الدرجة الكلية للذكاء الوجداني لصالح من هم أقل قلقاً وخوفاً من المستقبل.

وهو ما يتفق ونتائج دراسة "هشام عبدالرحمن الخولي" (٢٠٠٢م)، والتي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة لأبعاد الذكاء الوجداني ومستويات القلق لدى طلاب الجامعة. وهو نفس ما أشارت إليه دراسة "حسام محمود علي" (٢٠١٣م)، والتي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في الذكاء الوجداني وأبعادة، وقلق المستقبل الزواجي لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

ثانياً: توصيات الدراسة:

اتضح من خلال العرض السابق لنتائج الدراسة الحالية أن هناك تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث) ولصالح الذكور، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) ولصالح منخفضي قلق المستقبل، والتفاعل بين (النوع ومستوى قلق المستقبل، التخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل) على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، في حين لم يوجد تأثير دال إحصائيًا لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، وعلى هذا الأساس يقدم الباحث بعض التوصيات التالية :

١- عمل دراسات أكثر عمقاً عن أثر قلق المستقبل ومسبباته لدى طلاب الجامعة بشكل عام، وطلاب الفرق النهائية بشكل خاص نظراً لأنها أشد تأثراً، بسبب تعدد الضغوط التي يواجهونها في العصر الحالي.

٢- عمل دراسات متخصصه عن أثر المتغيرات الايجابية كالأمل والذكاء الوجداني في شخصية هذه الفئة، كونهم أحوج الفئات العمرية لها، في ظل التحولات السريعة، وتزايد مستويات القلق والاحباط والخوف من المستقبل، مما يستلزم معه ضرورة العناية والاهتمام بتلك المتغيرات التي تساهم بإحداث نوع من التوافق النفسي لديهم، من خلال التأكيد على الإيمان بقدراتهم في مواجهة هذه التحديات.

٣- تصميم برامج إرشادية من قبل المتخصصين للعمل على تنمية تلك الخصائص الايجابية التي

تمكن هذه الفئة من مواجهة الضغوط المتزايدة يوماً بعد أخر.

٤- العناية بالإرشاد والتوجيه التربوي من قبل المتخصصين، واتخاذ بعض الإجراءات التي من شأنها أن تفيد في تخفيض مستوى القلق من المستقبل لدى هذه الفئة.

٥- تضمين المناهج الدراسية بموضوعات تتعلق بقلق المستقبل وعلم المستقبليات، وكيفية التعامل معها من خلال العناية بالخصال الايجابية في الشخصية والتي تلعب دوراً هاماً في حياة الأفراد.

٦- عمل برامج توجيهية متنوعة وقائية ونمائية وعلاجية في ميدان التوجيه الجمعي في الجامعات لمدة كافية، تتضمن التعرف على قدرات الطلاب وتوجهاتهم المهنية لضمان توافقهم ومتطلبات سوق العمل، من خلال إكسابهم لمختلف الخبرات العلمية والمهارات العملية اللازمة لذلك.

٧- مساعدة طلاب الجامعة على إدراك مشكلاتهم الاجتماعية والاقتصادية ومحاولة إيجاد حلول لها، وعدم الارتكان للوظائف الحكومية، والايمان بقدراتهم في فتح أبواب جديدة للعمل من خلال إبراز دور الذكاء الوجداني في تفهم مشاعرهم وانفعالاتهم ومشاعر وانفعالات الأخرين، ومن ثم القدرة الجيدة على التواصل الايجابي معهم.

البحوث والدراسات المقترحة:

من منطلق تراكمية المعرفة ومحاولة لتحقيق أهداف العلم في فهم وتفسير الظواهر ومن ثم ضبطها والتحكم في المشكلات الناجمة عنها يقترح الباحث إجراء الدراسات التالية:

١- فاعلية برنامج إرشادي قائم على المعنى في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة.

٢- فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأمل وخفض مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة.

٣- فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني وأثر ذلك على مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة.

٤- العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة.

٥- قلق المستقبل المهني وعلاقته ببعض سمات الشخصية.

- التفاؤل والتشاؤم لدى طلاب لجامعة مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل المهني.

قائـــمة المــراجــع

أولاً - المراجع العربية.

ثانياً - المراجع الأجنبية.

المــراجــع

أولاً - المراجع العربية:

أ - الكتب العربية:

- أبو الفضل جمال الدين ابن منظور. (١٩٩٩م). معجم لسان العرب .القاهرة: دار المعارف.
- إبراهيم محمد المغازي. (٢٠٠٣م). الذكاء الاجتماعي والوجداني والقرن الحادي والعشرين، المنصورة: مكتبة الايمان.
- أحمد محمد عبدالخالق. (١٩٨٧م). قلق الموت. نشر في مارس ١٩٨٧، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والأداب. سلسلة عالم المعرفة.
- الأزق بن علو. (٢٠٠٢م). كيف تتغلب على القلق وتنعم بالحياة. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
- أمال جودة ومحمد عسلية .(٢٠١٠م). علم النفس الايجابي. غزة: مكتبة الصيرفي.
- السيد إبراهيم السمادوني.(٢٠٠٧م). الذكاء الوجداني، الأسس النظرية وتطبيقاته وتنميته. عمان: دار الفكر.
- بشير صالح الرشيدي.(٢٠٠٠م). مناهج البحث التربوي- رؤية تطبيقية مبسطة. الكويت: دار الكتاب الحديث.
- ترافيس برادبيري وجين جريفز. (٢٠١٠م). الكتاب السريع للذكاء العاطفي. تقديم باتريك لنسيوني. المملكة العربية السعودية: مكتبة جرير.
- توماس أرمسترونج. (٢٠٠٦م). الذكاءات المتعددة في غرفة الصف. الرياض: دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع.
- جابر عبدالحميد جابر. (٢٠٠٣م). الذكاءات المتعددة والفهم. القاهرة: دار الفكر العربي.
- جاكلي سيلبرج .(٢٠١٠م). حياة بلا قلق. الرياض: مكتبة الشقر، ترجمة طلعت أسعد عبدالحميد.
- جان بياجية. (٢٠٠٢). سيكولوجيا الذكاء. ترجمة يولاند عمانوئيل. بيروت: عويدات للنشر والطباعة.
- جيل هاسون.(٢٠١٥م). الذكاء العاطفي. الرياض: مكتبة جرير.

- حباب عبد الحي عثمان. (٢٠٠٩م). الذكاء الوجداني (العاطفي،الانفعالي، الفعال)مفاهيم وتطبيقات. عمان: ديبونو للطباعة والنشر والتوزيع.
- دانيال جولمان. (٢٠٠٤م). ذكاء المشاعر. ترجمة هشام الحناوي. القاهرة: هيئة الكتاب المصرية.
- دايفيد شيهان. (١٩٨٨م). مرض القلق. ترجمة عزت عبدالرحمن شعلان. سلسلة كتب ثقافية شهرية يصدرها المجلس الوطني للثقافة والفنون والأداب. الكويت: عالم المعرفة.
- ذوقان عبيدات وعبدالرحمن عدس وكايد عبدالحق .(٢٠٠٢م). البحث العلمي: مفهومه وأدواته وأساليبه، الرياض: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- روبرت هاندي ومارسا ديفي. (٢٠١٢م). الدليل الكامل للتخلص من القلق. إعداد وتقديم هند رشدي. القاهرة: فاردوس للنشر والتوزيع.
- روبرت ال ليهي. (٢٠١٠م). علاج القلق. ط٢. المملكة العربية السعودية: مكتبة جرير للنشر والتوزيع.
- زينب محمود شقير. (٢٠٠٥م). مقياس قلق المستقبل. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- سامية خليل خليل.(٢٠١٠م). مقياس الذكاء الوجداني. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- سلامة عبد العظيم حسين و طه عبد العظيم حسين. (٢٠٠٦م). الذكاء الوجداني للقيادة التربوية. الأسكندرية: دار الوفاء لدينا الطباعة والنشر.
- سليمان الخضيري الشيخ.(١٩٩٠م). الفروق الفردية في الذكاء. القاهرة: دار الثقافة للطباعة والنشر.
- سيجموند شلومو فرويد. (١٩٨٩م). الكف والعرض والقلق. ط٤. القاهرة: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- شيماء عزت باشا ورشا محمد عبدالستار.(٢٠١٥م). علم النفس الايجابي رؤية معاصرة. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- شين لوبيز – ك.ر.سنايدر.(٢٠١٣م). القياس في علم النفس الايجابي. ترجمة صفاء يوسف الأعسر وأخرون. القاهرة: المركز القومي للترجمة.
- صالح حسن الداهري. (٢٠٠٥م). مبادئ الصحة النفسية. الأردن: دار وائل للنشر .

- صفاء يوسف الأعسر وعلاء الدين كفافي.(٢٠٠٠م). الذكاء الوجداني. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
- صمويل حبيب. (١٩٩٤م). القلق حالة وجدانية تبنى أو تهدم. القاهرة: دار الثقافة للطبع والنشر .
- عاطف مسعد الحسيني.(٢٠١١م). قلق المستقبل والعلاج بالمعنى. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد الرقيب أحمد البحيري. (٢٠١٥م). مقياس قلق السمة وقلق الحالة. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبدالستار إبراهيم .(٢٠٠٢م). القلق قيود من الوهم. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبدالواحد أولاد الفقيهي. (٢٠١٢م). الذكاءات المتعددة، التأسيس العلمي. الدار البيضاء: مطبعة النجاح الجديدة.
- فؤاد البهي السيد. (٢٠٠٠م). الذكاء. ط٥. القاهرة: دار الفكر العربي.
- فؤاد عبداللطيف أبوحطب وآمال أحمد صادق.(٢٠١٠م). مناهج البحث وطرق لتحليل الاحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- فاروق السيد عثمان. (٢٠٠١م). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- كريستين ويلدنج.(٢٠١٤م). الذكاء الانفعالي. ترجمة هشام محمد سلامة وحمدي أحمد عبدالعزيز. القاهرة: دار الفكر العربي.
- مجمع اللغة العربية. (١٩٨٥م) . المعجم الوسيط. ط٣. القاهرة : مجمع اللغة العربية.
- محمد الصيرفي. (٢٠٠٨م). الضغط والقلق الإدارى. الأسكندرية: مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع.
- محمد عبدالظاهر الطيب وسيد أحمد البهاص.(٢٠٠٩م). الصحة النفسية وعلم النفس الايجابي. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- مرعي سلامة يونس. (٢٠١١م). علم النفس الايجابي للجميع. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- مسعد نجاح أبوالديار. (٢٠١٢م). سيكولوجية الأمل. الكويت: مكتبة الكويت الوطنية.
- مصطفى حجازي. (٢٠١٢م). اطلاق طاقات الحياة. بيروت: التنوير للطباعة والنشر والتوزيع.

- ياسر العتيبي. (٢٠٠٣م). الذكاء العاطفي: نظرة جديدة في العلاقة بين الذكاء والعاطفة. تقديم جودت سعيد. دمشق: دار الفكر المعاصر.

يوسف الاقصرى .(٢٠٠٢م). كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل. القاهرة: دار للطائف للنشر والتوزيع.

ب - الرسائل العلمية:

- إبراهيم باسل أبوعمشه. (٢٠١٣م). الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني وعلاقتهما بالشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة في محافظة غزه. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

- إبراهيم سعد الطخيس.(٢٠١٤م). فعالية برنامج إرشادي واقعي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير غير منشورة. عمادة الدراسات العليا، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية.

- أحمد حسانين محمد. (٢٠٠٠م). قلق المستقبل و قلق الامتحان وعلاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المينا.

- بكار سارة. (٢٠١٣م). أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة أبوبكر بلقايد، الجزائر.

- بلقاسم محمد. (٢٠١٤م). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالانجاز الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران. الجزائر.

- ثواب بن حمود المالكى. (٢٠١٣م). قلق المستقبل وإتخاذ القرار وعلاقتهما ببعض المتغيرات الثقافية لدى عينة من طلاب الجامعة بمحافظة الليث ومحافظة جدة المملكة العربية السعودية. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

- حاتم بن سعيد الغامدي. (٢٠١٣م). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من الرياضيين المنتسبين بمراحل التعليم العام. رسالة دكتوراة غير منشورة. كلية التربية، جامعة طيبة، المملكة العربية السعودية.

- حسين ذهبية. (٢٠١٢م). قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الانسانية الاجتماعية، جامعة الجزائر.
- حمزه سليم الزغيلات.(٢٠١٦م). دراسه تحليلة لمستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة. رسالة ماجستير غير منشورة. عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤته، الأردن.
- خالد بن الحميدي العنزي. (٢٠١٠م). إدراك القبول – الرفض الوالدي والأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة الحدود الشمالية. رسالة دكتوراة غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- سامية خليل الشختور. (٢٠٠٨م). فعالية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني في تحسين التفكير الخلقي واستراتيجيات تقديم الذات لدى المراهقين. رسالة دكتوراة غير منشورة. كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- سميرة بنت محمد اللحيانى. (٢٠١٢م). قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الانجاز والضغوط النفسية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- سناء محمد أبوحسين .(٢٠١٢م). الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، عمادة الدراسات العليا والبحث، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- عبدالله إبراهيم عسيري. (٢٠٠٧م). مستويات القلق لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- علي بن خليل القبيسي.(٢٠١٠م). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم. رسالة دكتوراة غير منشورة. معهد بحوث ودراسات العالم الاسلامي، جامعة أم درمان، السودان.
- غالب بن محمد المشيخى. (٢٠٠٩م). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف. رسالة دكتوراة غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

- غالب رضوان مقداد. (٢٠١٥م). قلق المستقبل لدى مرضى الفشل الكلوي وعلاقته ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

- محمد بن عابد القرشي. (٢٠١٢م). الدافع للانجاز وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

- محمود مسلم الطلالعة .(٢٠٠٧م). تحري الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي وإيجاد علاقته بالقلق لدى طلبة جامعة مؤتة. رسالة ماجستير غير منشورة. عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة.

- مريامة حنصالة. (٢٠١٤م). إدراة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي. رسالة دكتوراة غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، سكرة، الجزائر.

- مصطفى رشاد الأسطل. (٢٠١٠م). الذكاء العاطفي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. كليه الدراسات العليا، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

- موضي بنت محمد القاسم .(٢٠١١م). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. رسالة ماجستير غير منشوره. كلية التربية، جامعة ام القرى، المملكة العربية السعودية.

- نادية أوشن. (٢٠١٥م). التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة الحاج الأخضر، الجزائر.

- ناهد شريف سعود.(٢٠٠٥م). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم. رسالة دكتورة غير منشورة. كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا.

- نسرين محمد إبراهيم .(٢٠٠٨م). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية والاقتصادية لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراة غير منشورة. كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر.

- نيفين عبدالرحمن المصرى. (٢٠١١م). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- وفاء محمد القاضي. (٢٠٠٩م). قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- ياسمين صلاح الدين الدسوقي.(٢٠١٥م). قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح وإدارة الوقت. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة المنوفية، مصر.

ج - الأبحاث والمجلات والمؤتمرات والنشرات:

- ابراهيم محمود بدر. (٢٠٠٣م). مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي . المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية- مصر، ٣١(٤٠)، ٢٠-٥٦.
- أحمد على محمد .(٢٠١١م). أثر برنامج إثرائي في تنمية مهارات الذكاء الوجداني لدى عينة من المتفوقين دراسياً في المرحلة العمرية (١٢:١٥) في ضوء نموذج دانيال جولمان. مجلة دراسات تربوية وإجتماعية- مصر، ١٧(٢)، ٤٤٢-٤٤٧.
- أحمد محمد عبدالخالق. (٢٠٠٤م). الصيغه العربيه لمقياس سنايدر للأمل. مجله دراسات نفسيه (رابطه الاخصائيين النفسيين)- مصر،١٤(٢)، ١٨٣-١٩٢.
- أحمد محمد عبدالخالق و بدر محمد الأنصاري .(١٩٩٥م). التفاؤل والتشاؤم دراسة عربية في الشخصية. المؤتمر الدولى الثانى (الارشاد النفسى للاطفال ذوي الحاجات الخاصة الموهوبون - المعاقون) - مصر، المجلد الأول، ١٣١-١٥٢.
- أحمد عبدالمجيد صمادي و نوال محفوظ مرعي (٢٠١٢م). الحاجات الإرشادية لطلبة جامعة حضرموت للعلوم والتكنولوجيا. مجلة جرش للبحوث والدراسات- الأردن، ١٤(٢)، ٦٦-١٠٣.
- أحمد شعبان عطية. (١٩٨٩م). مرحلة الشباب الجامعي، دراسة ميدانية. مجلة التربية المعاصرة- مصر، (١٣)، ١٥١-١٧٦.
- أحمد ربيع عبدالحميد. (١٩٩٦م). بعض المشكلات التعليمية التي تواجه طلاب كلية العلوم

العربية والاجتماعية. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالقصيم بالسعودية. مجلة التربية، جامعة الأزهر، (٥٤)، ٥٥-٩٥.

- أسعد فاخر حبيب. (٢٠١٤م). قلق المستقبل وعلاقته بمستوي الطموح لدي طلبة الجامعة البصرة. مجلة أبحاث البصرة (العلوم الإنسانية)- العراق، ٣٩(٤)، ٣٠٤-٣٢٨.

- آمال إبراهيم الفقي .(٢٠١٣م). ثورة ٢٥ يناير وطبيعة قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة. المؤتمر العلمي العربي السادس والأول للجمعية المصرية لأصول التربية بالتعاون مع كلية التربية ببنها بعنوان : التعليم .. وآفاق ما بعد ثورات الربيع العربي – مصر، المجلد الأول، ١٢٩- ١٥٣.

- أمال عبدالقادر جودة . (٢٠١٠م). التفاؤل والأمل وعلاقتهما بالسعادة لدى عينة من المراهقين في محافظة غزة. المؤتمر الأقليمي الثاني لعلم النفس. رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٦٣٩-٦٧١.

- آمال عبدالقادر جودة وحمدى أبوجراد. (٢٠١١م). التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة. مجلة جامعة القدس المفتوحة- فلسطين، ٢(٢٤)، ١٢٩-١٦٢.

- أمينة عبدالله بدوى وآخرون. (٢٠١١م). الأمل والذكاء الوجدانى لدى الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة دراسات عربية فى علم النفس، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية- مصر، ١٠(٢)، ٣٥٩-٣٩٠.

- أنور حمودة البنا وعائد عبداللطيف الربعي. (٢٠٠٦م). مشكلات طلبة جامعة الأقصى من وجهة نظر الطلبة. مجلة الجامعة الاسلامية، جامعة الأزهر- فلسطين، ١٤(٢)، ٥٠٥-٥٣٧.

- إيمان عبدالوهاب محمود. (٢٠١٣م). قلق المستقبل وعلاقته بضغوط الحياة لدى طلاب الجامعة. مجلة دراسات عربية في علم النفس – مصر، ١٢(٣)، ٣٣٩-٣٦١.

- أيمن غريب ناصر. (٢٠١١م). الذكاء الوجدانى كمنبئ بمهارات إداره الضغوط لدى طلاب جامعة الأزهر. المؤتمر السنوى السادس عشر للارشاد النفسي بمركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس- مصر، مج ١، ١٥٣-٢٠٢.

- بشير معمرية.(٢٠١٠م). علم النفس الايجابي. اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل. مجلة دراسات نفسية، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية- الجزائر، (٢)، ٩٧-١٥٨.

- جابر محمد عبدالله .(٢٠٠٦م). الذكاء الوجداني وعلاقته بالكفاءة الذاتية واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى معلمي المرحلة الابتدائية. مجلة دراسات عربية في علم النفس، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية- مصر، ٥(٣)، ٥٣٣-٦٤١.

- حسام محمود علي. (٢٠١٣م). قلق المستقبل الزواجي وعلاقته بالذكاء الوجداني وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة بنها- مصر، ٢٤(٩٤)، ٢٩-٦٩.

- خيرية عبد الله البكوش. (٢٠١١م). العلاقة بين الأمل والشعور بالألم لدى عينة من مريضات سرطان الثدي. مجلة البحث العلمي في الآداب، كلية البنات جامعة عين شمس- مصر، ٢(١٢)، ٤٠٥ -٤٣٠.

- شوقي يوسف بهنام. (٢٠٠٥م). قياس مستوى الأمل لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة الموصل. مجلة شؤون اجتماعية –الإمارات، ٢٢ (٨٧)، ٥٩-٨١.

- عباس نوح الموسوي.(٢٠٠٨م). قياس مستوى الذكاء الأنفعالي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية (جامعة الكوفة) – العراق، ٢(٢)، ١٤٧-١٦٥.

- عبد الرحمن بن عيد الجهني. (٢٠١١م). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاضطرابات السلوكية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعتي الملك عبد العزيز والطائف. مجلة بحوث التربية النوعية، جامعة المنصورة- مصر، (٢٢)، ٣٤١-٣٦٩.

- عبدالحميد سعيد حسن .(٢٠١٠م). الصلابة النفسية والشعور بالأمل والضغوط النفسية كمنبئات للنجاح الأكاديمي لطلاب جامعة السلطان قابوس. مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية- الكويت، ٣٦(١٣٧)، ٥١-١٠٤.

- عبد السلام السيد عبدالدايم. (١٩٩٥م). منظور زمن المستقبل كمفهوم دافعي معرفي وعلاقته بكل من الجنس والتخصص والتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية جامعة الزقازيق. مجلة دراسات نفسية- مصر، ٥(٤)، ٥٨-٩٥.

- عبدالعظيم سليمان المصدر. (٢٠٠٨م). الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)- فلسطين، ١٦(١)، ٥٨٧-٦٣٢.
- عبدالمحسن إبراهيم ديغم .(٢٠٠٨م). الفاعلية الذاتية وأساليب مواجهة الضغوط كمتغيرات محكية للتميز بين الامل والتفاؤل. مجلة دراسات عربية في علم النفس، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية- مصر، ٧(١)، ٨٥-١٥٠.
- عبدالمريد عبدالقادر قاسم. (٢٠١٢م). الأمل في مرحلة الشيخوخة وعلاقته بالاكتئاب لدى المسنين والمسنات " دراسة مقارنة ". مجلة الإرشاد النفسي – مصر، (٣٣)، ١-٤٣.
- عثمان حمود الخضر. (٢٠٠٢م). الذكاء الوجداني هل هو مفهوم جديد؟. مجلة دراسات نفسية- مصر، ١٢(١) ، ٥-٤١.
- عدنان محمد القاضي. (٢٠١٢م). الذكاء الوجداني وعلاقته بالاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية. مجلة العربية لتطوير التفوق- اليمن، ٣(٤)، ٢٦-٨٠.
- عرفات محمد السبعاوي. (٢٠٠٨م). قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي. مجلة كلية التربية (العلم والتربية)- العراق، ١٥(٢)، ٢٥٠-٢٧٧.
- عصام محمد زيدان وكمال أحمد الإمام. (٢٠٠٣م). الذكاء الانفعالي وعلاقتة ببعض أساليب التعلم وبعض أبعاد الشخصية لدى طلاب كلية التربية النوعية. مجلة دراسات عربية في علم النفس، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية- مصر، ٢(١)، ١١-٦٢ .
- عفراء إبراهيم خليل. (٢٠١١م). مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة. دراسات – العلوم التربوية- الأردن، ٣٨ ملحق، ٩٤٢-٩٦٤.
- عمرو رمضان أحمد. (٢٠١٣م). قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية،- مصر، ٢١(٢)، ٥٠٧- ٥٢٨.

- عويد سلطان المشعان. (٢٠١٠م). الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالشكاوي البدنية والعصابية لدى الطلبة والطالبات في جامعة الكويت. مجلة دراسات نفسية- الكويت، ٢٠(٤)، ٦٦٥- ٦٨٩.

- فادي سعود سماوي. (٢٠١٣م). السعادة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتدين لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية. مجلة دراسات في العلوم التربوية- الأردن، ٤٠(٢)، ٧٢٩-٧٤٧.

- فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق.(٢٠٠١م). الذكاء الانفعالي مفهومه وقياسه. مجلة علم النفس_مصر، ١٥(٥٨)، ٣٢-٥١.

- فضل ابراهيم عبدالصمد. (٢٠٠٥م).الشعور بالأمل والرغبة في التحكم لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة المنيا- دراسة في ضوء علم النفس الايجابي. مجلة البحث في التربية وعلم النفس- مصر، ١٨(٤)، ١-٤٣.

- مجدي محمد الشحات. (٢٠١٢م). الفروق الفردية في تقدير الذات وحل المشكلات بين مرتفعي ومنخفضي الدوجماتية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية (جامعة بنها)- مصر، ٢٣(٩٢)، ٣٥٥-٣٩٤.

- محمد إبراهيم هلال. (١٩٩٩م). دراسة لبعض مكونات الذكاء الوجداني في علاقتها بمركز التحكم لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة بنها- مصر، ١٠(٤٠)، ٥٢-١٤٣.

- محمد إبرهيم عسلية وأسامة سعيد حمدونة .(٢٠١٥م). الالتزام الديني وعلاقته بكل من قلق الموت وخبرة الأمل لدى طلبة كلية التربية بجامعة الأزهر بغزة". دراسات - العلوم الانسانية والاجتماعية -الاردن، ٤٢(٣)، ٧٣١-٧٥٠.

- محمد أحمد المومني ومازن محمود نعيم. (٢٠١٣م). قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الجامعة الإسلامية- فلسطين، ٩(٢)، ١٧٣-١٨٥.

- محمد أحمد المشاقبة. (٢٠١٥م). جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود. مجلة جامعة طيبة (العلوم التربوية)- السعودية، ١٠(١)، ٣٣-٥٠.

- محمد بن مترك القحطاني .(٢٠١٦م). قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار غير العقلانية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب وطالبات قسم علم النفس

بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية". مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية – العلوم الإنسانية والاجتماعية – السعودية، (٤١)، ١٣-٧٠.

- محمد بن علي معشي. (٢٠١٢م). قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة كلية التربية بالزقازيق (دراسات تربوية ونفسية)- مصر، (٧٥)، ٢٧٩-٣٠٦.

- محمد خلف الزواهرة. (٢٠١٤م). العلاقه بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية- فلسطين، ٣(١٠)، ٤٨-٨٠.

- محمد رزق البحيري.(٢٠٠٧م). تنمية الذكاء الوجداني لخفض حدة بعض المشكلات لدى عينة من الأطفال المضطربين سلوكياً. مجلة دراسات نفسية ، ١٧(٣)، ٥٨٥-٦٤١.

- محمد السعيد أبوحلاوة . (٢٠١٤م). علم النفس الايجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وأفاقه المستقبلية. اصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية، العدد ٣٤.

متاح على الموقع التالي بتاريخ ٢٠١٦/٨/١م:

http://www.acofps.com/vb/showthread.php?t=25067

- محمد عبد العزيز الطالب. (٢٠١٣م). قلق المستقبل لدى طلبة بعض الجامعات السودانية وعلاقته ببعض المتغيرات.مجلة دراسات نفسية- الجمعية السودانية النفسية- السودان، (٢٦)، ٥٩-١٠١.

- محمد نجيب الصبوة. (٢٠٠٨م). علم النفس الإيجابي تعريفه وتاريخه وموضوعاته والنموذج المقترح له. مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب-مصر، ٢١(٧٦،٧٩)، ١٦-٤٣.

- محمد نجيب الصبوة. (٢٠١٠م). دور علم النفس الإيجابي في تفعيل إجراءات الوقاية والعلاج النفسي. مجلة دراسات عربية في علم النفس، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية- مصر، ٩(١)، ١-٢٥.

- محمود مندوه سالم. (٢٠٠٦م). قلق المستقبل وعلاقته ببعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة. الجمعية المصرية للدراسات النفسية- مصر، ١-٤٥.

- محمود محيى الدين عشري. (٢٠٠٤م) . قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية: دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان. المؤتمر السنوي الحادي عشر لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس- مصر، الشباب من أجل مستقبل أفضل، الإرشاد النفسي وتحديات التنمية ٢٥-٢٧ ديسمبر ٢٠٠٤م، المجلد الأول.

- مصطفى خليل عطاالله و فضل إبراهيم عبد الصمد. (٢٠١٣م). علم النفس الإيجابي وتاثيره في الممارسات والخدمات النفسية "رؤية مستقبلية لدوره في التدخلات العلاجية". مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا- مصر، ٢٦(١)، ٣٣٩-٣٥٧.

- ملوح مفضي بركات السليحات. (٢٠١٥م). قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع الخاصة في محافظة العاصمة عمان في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية (جامعة الأزهر)- مصر، ٣(١٦٣)، ٣٥-٦٠.

- ناهد شريف سعود وآخرون. (٢٠١٤م). فاعلية برنامج إرشادي في خفض قلق المستقبل والتشاؤم لدى عينة من طالبات كلية التربية جامعة القصيم. مجلة الارشاد النفسي- مصر، (٣٨)، عدد إبريل ٢٠١٤.

- نجوى اليحفوفي. (٢٠٠٢م). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية الديمغرافية لدى طلاب الجامعة. مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب- مصر ، ١٦ (٦٢)، ١٣٢- ١٥١.

- هاني إبراهيم الجزار .(٢٠١٢م). إدراك القبول - الرفض الوالدي وعلاقته بالأمل لدى الشباب الجامعي. مجلة كلية الآداب - جامعة الزقازيق - مصر، ٢(٦٢)، ٦٦٥- ٧٩٢.

- هبة مؤيد محمد. (٢٠١٠م). قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة البحوث التربوية والنفسية، (٢٦، ٢٧)، مركز الدراسات التربوية والأبحاث النفسية- العراق، ٣٢١- ٣٧٩.

- هدى عبد الرحمن أحمد. (٢٠١١م). الذكاء الوجداني وعلاقته بالأمن النفسي لدى طالبات كلية التربية بجامعة الملك عبدالعزيز. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس- السعودية، ٥(٤)، ٤٧٩-٥١١.
- هشام ابراهيم عبدالله وعصام عبداللطيف العقاد. (٢٠٠٩م). الذكاء الوجداني وعلاقته بفعالية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة علم النفس والعلوم الإنسانية، جامعه المنيا- مصر، ١-٦٥.
- هشام عبد الرحمن الخولي. (٢٠٠٢م). الذكاء الوجداني كدالة للتفاعل بين الجنس وتقدير الذات والسعادة والقلق لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية. مجلة كلية التربية، جامعة بنها،- مصر، ١٢(٥٢)، ١١٧-١٥٩.
- هند صبيح رحيم وثناء عبدالودود عبدالحافظ. (٢٠١٥م). بناء وتطبيق مقياس الأمل لدى طلبة الجامعة. مجلة الأستاذ- العراق، ٢(٢١٢)، ٣٢١-٣٥٠.
- هويدة حنفي محمود ومحمود أنور فراج. (٢٠٠٦م). قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من ذوي المستويات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المختلفة. مجلة كلية التربية بالاسكندرية- مصر، ١٦(٢)، ٦١-١٥٤.
- هيام صابر شاهين. (٢٠١٣م). الأمل والتفاؤل كمدخل لتنمية الصمود النفسي لدى عينة من المراهقين ضعاف السمع. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة عين شمس- مصر، ١٤(٤)، ٦١٣-٦٥٣.

ثانياً - المراجع الاجنبية:

- Abdel-Khalek, A. & Snyder, C. (2007). Correlates and predictors of an Arabic translation of the Snyder Hope Scale. Journal of Positive Psychology, 2 (4), 228–235.
- Ammara Rehman, Sara Rehman, Sobia Razzaq & Aisha Shah Wali(2014) RELATIONSHIP BETWEEN HOPE AND ANXIETY AMONG UNIVERSITY STUDENTS. European Journal of Psychological Research1(2).21-25.
- Anna Horodecka& Katarzyna Martowska.(2013). Humanistic vision of man: hope for success, emotional intelligence and pro-social engagement. International Journal of Arts & Sciences, 6(2):151–166 .

- Aundreah Walenski and Jessica Genaw. (2015). Gender and Age Differences in the Development of Hope Post Stressful Life Experiences, Oakland University, Meeting of Minds 2015.

- Austin, E.J., Saklofske, D.H. & Egan, V. (2005). Personality, well-being and heath correlates of trait emotional intelligence. Journal of Personality and Individual Differences, 38(3):547-558.

- Brackett,M.(2005).Emotional intelligence and Relationship Quality among couples, personal Relationship,12(2),197-212.

- Bronk et al .(2009). Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. Journal of Positive Psychology 4(6):500-510 .

- C.R. Snyder et al.(1996). Development and Validations of the State of Hope Scale. Journal of Personality and Social Psychology 70(2), 321-350.

-C.R.Snyder,Harris,C.,Anderson.,R.,Holleran,A.,Irving,M.,Sig on,T.,Yoshinobu, L.,Gibb,J.,Langelle,C.,&Harmey,P.(1991).The Will and the ways:Development and validation of an Individual-differences measure of hope .Journal of personality and Social Psychology,60(4),570-585.

- Chamorro–Premuzie,T.,Bennett, E. & Furnham. A. (2007). The happy personality: Mediation role of trait emotional intelligence. Journal of Personality and Individual Differences, 42(8), 1633–1639.

- Ciarrochi,J., Chan, A. Y. C., & Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. Journal of Personality and Individual Differences, 31(4), 1105-1119.

- Cordova,V.(2005).Emotional skillfulness in Marriage: Intensity as a mediatore of the Relationship Between emotional Skillfulness and martical satisfaction. Journal of Social and Clinical Psychology, 24 (2). 218-235.

- Donald S. Tompkins et al .(2011). Comparison of emotional intelligence in American and Turkish university students. Journal of International Business and Cultural Studies. 5, 1-15.

- Gallagher, E.N. & vella-Brodrich, D.A. (2008). Social support and emotional intelligence as predictors of subjective well-being. Journal of Personality and Individual Differences, 44(7), 1551-1561.

- Gallagher, Matthew W; Lopez Shane J (2009). Positive Expectancies and Mental Health: Identifying the Unique Contributions of Hope and Optimism. The Journal of Positive Psychology, Vol. 4(6), pp. 548-556.

- Gerald Matthews, Moshe Zeidner, and Richard D. Roberts (2003) : Emotional Intelligence Science and Myth, A Bradford Book The MIT Press , Cambridge, Massachusetts , London, England.

- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. New York: Bantam Books.

- Greaves, L,Tulen, J, & Dietrich, A (2010). Reduced autonomic Flexibility as a predictor for future anxiety in girls from the general population: The Trails Study, Journal of Child Psychology and Psychiatry, 179 (2). 89-117.

- Hakan SARICAM , Ismail Celik & Lütfiye Cosku.(2015).The Relationship between Emotional Intelligence, Hope And Life Satisfaction in Preschool Preserves Teacher, Educational Research Association The International, Journal of Research in Teacher Education, 6(1). 1 -9.

- Jameson ,K. Hirsch;Nathan,M.S.;Yeates Conwell , M.D. (2007). Future orientation moderates the relationship between functional statues and suicide ideation in depressed adults. Depression and Anxiety, 24 (3) . 196-201.

- John D, Mayer Peter Salovey , David Caruso (2004) Emotional Intelligence : theory, finding ,and implications , psychological inquiry ,15(3) . 197-215.

- Kwon, P., (2008). Hope, defense mechanisms, and adjustment: implications for false hope and defensive hopelessness.Journal of Personality, Vol 70, No 2, PP 207_231.

- Labunskaya V.A. (2011). Hope as the Provision for Psychological Security of the Person and the Society, Social Psychology and Society, 2011. no. 4, 15–26 .

- Lazarus, R. (2006). Stress and emotion, New York, Springer publishing company, Inc.

- Leilani Kuuipo Ordway(2008) Emotional intelligence as a moderator of cortisol reactivity and mood state in response to an active stressor. International University, San Francisco Bay.

- Leible , T . (2004) . Borderline personality disorder and multiple aspects of emotional intelligence, Personality and Individual Differences, 37 (2), 393 - 404 .

-Marc A.Brackett,John D.Mayer& Rebecca M.Warner.(2003).Emotional intelligence and its relation to everyday behaviour, Personality and Individual Differences. 36(6), 1387–1402 .

- Mathews Deary (1998) personality traits. Cambridge: university press.
- Mehak Batool, Sadia Niazi & Saba Ghayas. (2014). Emotional Intelligence as a Predictor of Sense of Humor and Hope among Adults , Journal of the Indian Academy of Applied Psychology.40(2). 270- 278.
- Priester, Thomas C .(2012). Doctor of Education (EdD) . Hopeful Measures: Characteristics of Hope at a Community College .St. John Fisher College.
- Redich, D., Hadas-Lilor N., Weiss, P. & Amirav, I. (2009): Mediated learning experience intervention increases hope of family members coping with a relative with severe mental illness, community mental health Journal.
- Seher Celik& Engin Deniz .(2008).AComparison of Scouts' Emotional Intelligence Levels With Regards To Age and Gender Variables: ACross- Cultural Study. Elementary Education Online, 7(2), 376-383.
- Staats, S., Comar, D. & Kaffenberger, J. (2007). Sources of happiness and stress for college students: A replication and comparison over 20 years. Psychological Reports, 101 (3), 685–696.
- Salovey, P. & Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality, 9, 185-211.
- Shohreh Ghorbanshiroudi, Javad Khalatbari, Mohammad Salehi, Sona Bahari, Mohammad Mojtaba Keikhayfarzaneh, Sona (2011).The relationship between emotional intelligence and life satisfaction and determining their communication skill test effectiveness , Indian journal of science . 4(11) .1561.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). Handbook of Positive Psychology.New York: Oxford University Press .
- Staats, S.R. & Stassen, M.A. (1985). Hope: An affective cognition. Social Indicators Research , 17(3), 235-242.
- Zaleski (1996).Future Anxiety; concept, measurement and preliminary individual differences. Elsevier science 21(2), 165- 174.
-

ملاحق الدراسة

ملحق (١)

قائمة بأسماء المحكمين

م	اللقب والأسم	التخصص	الجامعة
١	أ د. حمدي محمد مصطفي المليجي	أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ	كلية التربية- جامعة طنطا
٢	أ د. حسام الدين محمود عزب	أستاذ الصحة النفسية	كلية التربية- جامعة عين شمس
٣	أ د. محمد السيد عبد الرحمن حسن	أستاذ الصحة النفسية	كلية التربية- جامعة الزقازيق
٤	د. نبيلة عبدالرؤوف شراب	رئيس قسم علم النفس التربوي	كلية التربية- جامعة العريش
٥	أ د. حلمى الفيل	أستاذ علم النفس التربوى (قياس وتقويم)	كلية التربية النوعية- جامعة الاسكندرية
٦	أ د. حسني زكريا السيد النجار	أستاذ علم النفس والتربية الخاصة المشارك	كلية التربية- جامعة تبوك
٧	أ د. صبحي الكافوري	أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية التربية	كلية التربية- جامعة كفرالشيخ
٨	أ د. علاء النجار	أستاذ علم النفس التربوي	كلية التربية- جامعة كفراليخ
٩	د. قطب عبده حنور	أستاذ الصحة النفسية المساعد	كلية التربية- جامعة كفراليخ
١٠	أ د. سميرة محمد إبراهيم	أستاذ الصحة النفسية	كلية التربية-جامعة عين شمس

ملحق (٢)

الصورة الأولية

مقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية

إعداد الباحث

جمال السعيد حمادة ناصر

جامعة مدينة السادات
كلية التربية
قسم علم النفس
تخصص (الصحة النفسية)

تحكيـــــم المقيـــــاس

السيد الأستاذ الدكتور/

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث بدراسة للحصول على درجة الماجستير في التربية قسم علم النفس- تخصص الصحة النفسية والتي تحمل عنوان:

"الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل"

وعلى هذا فقد جاء اعداد هذا المقياس كجزء مكمل لها وكانت اجراءات بناء المقياس كالتالي:

هناك خطوات علمية محددة لبناء المقاييس النفسية، والتي ينبغي وأن تبدأ بتحديد المنطلقات النظرية التي يستند إليها الباحث في بناء المقياس، إذ يشير كرونباخ (Cronbach, 1970, 530) إلى ضرورة بدء الباحث بتحديد المفاهيم البنائية التي يستند إليها أو تنطلق منها إجراءات بناء المقاييس النفسية قبل البدء بإجراءات البناء(الكبيسي، ٢٠١٠م، ٢٦٣)، ويمكن توضيحها فيما يلي:

من خلال ما تم عرضه في الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة للبحث الحالي، فقد تم تحديد المنطلقات النظرية والمنهجية التي اعتمد عليها الباحث في بناء المقياس، لأنها تعطي رؤية نظرية واضحة ينطلق منها الباحث للتحقق من إجراءات بناء المقياس، وعليه حدد الباحث المنطلقات النظرية الآتية:

١- اعتمد الباحث المنهج المنطقي أو العقلي (Rational)، ومنهج الخبرة (Experience)، معاً في بناء المقياس إذ يشير الكبيسي (١٩٨٧م، ٤٧) إلى إمكانية اعتماد أكثر من منهج واحد من مناهج بناء المقياس في الوقت نفسه.

٢- بعد تحليل النظريات والدراسات السابقة، تم تبني وجهة النظر التكاملية للأمل، كونه مفهوم ذا مكون معرفي وأخر انفعالي أو ما يطلق عليه "المعرفة الانفعالية"(The Affective cognition)، وعلية تبنى الباحث وجهة النظر المعرفية لسنايدر وآخرون (Snyder et al.,1991) بالاعتماد

علـى الصـيغة العربيـة لمقيـاس سـنايدر لسـمة الأمـل (أحمـد محمـد عبـدالخالق، ٢٠٠٤م، ١٨٣-١٩٢)، ووجهة النظر الانفعالية ستاتس و ستاسين (Staats& Stassen, 1985).

٣- في ضوء النظرة التكاملية للباحث تجاه الأمل كمفهوم معرفي انفعالي، فقد قام بالإطلاع على مقاييس التقرير الذاتي المختلفة للأمل على النحو التالي:

أولاً: المقاييس ذات وجهة النظر المعرفية وهي:

- مقياس الاستعداد الفطري للأمل (للراشدين)، إعداد: سنايدر وآخرون (١٩٩٩م).
- الصيغة العربية لمقياس سنايدر للأمل، إعداد: أحمد محمد عبالخالق، ٢٠٠٤م.
- مقياس الأمل، إعداد: خيرية عبدالله البكوش وأخرون، ٢٠١١م.
- تقنين استبيان لقياس الأمل على البيئة الجزائرية، إعداد: بشير معمرية، ٢٠١١م.
- مقياس الأمل، إعداد: سناء محمد أبوحسن، ٢٠١٢م.
- مقياس الشعور بالأمل، إعداد: دعاء مسموع أبوطالب وأخرون، ٢٠١٣م.
- مقياس الأمل، إعداد: هند صبيح رحيم و ثناء عبدالودود عبدالحافظ، ٢٠١٥م.
- مقياس الأمل، إعداد: عدنان مارد جبر و حسام محمد منشد، ٢٠١٥م.

ثانياً: المقاييس ذات وجهة النظر الانفعالية وهي:

- مقياس التوازن المتوقع، إعداد: ستاتس و ستاسين (Staats& Stassen, 1985) والمبني على مقياس برادبورن (Bradburns, 1969).

٤- اعتمد الباحث أسلوب التقرير الذاتي (العبارات التقريرية) في بناء فقرات المقياس، بمكونيه المعرفي والانفعالي، ذلك أن الأمل وحدة كلية تحسب لها درجة واحدة في المقياس، فالأمل مجموعة من السلوكيات المترابطة التي تميل إلى الحدوث معاً (Brown, 1983, 10).

٥- تحديد مفهوم الأمل: حيث يعرف الباحث الأمل اجرائياً بأنه: " حالة دافعية موجبة تعتمد على الشعور المستمر بالنجاح، والمبني على حسن تقدير المواقف، ووضع الأهداف وفق الإمكانات والقدرات الخاصة به، ثم السعي والتخطيط الجيد للوصول لهذه الأهداف، مهما كانت الضغوط والتحديات التي قد تواجهه مستعيناً في ذلك بخبراته السارة في توقع كل ما هو ايجابي، ويتم قياسه بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الأمل المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد الباحث، حيث أن الدرجة المرتفعة تدل على إرتفاع الأمل والدرجة المنخفضة تدل على إنخفاض الأمل".

٦- وصف المقياس: يتكون المقياس في صورته الأولية من (٤٤) فقرة تتضمن مكوني الأمل، (٢٢) فقرة للمكون المعرفي ببعديه السبل (Pathway)، والإرادة (Will) مناصفة بينهم بواقع (١١) فقرة لكل بعد، جميعها ايجابية عدا الفقرة رقم (١٠) في بعد السبل، والفقرة رقم (٧) والفقرة رقم (١٠) في بعد الارادة، والمكون الانفعالي ببعديه التوقعات الايجابية للمستقبل Expected Future (Positive) والتوقعات السلبية للمستقبل (Expected Future Negative) مناصفة بينهم بواقع (١١) فقرة لكل بعد، جميع العبارت ايجابية ببعد التوقعات الايجابية للمستقبل، وجميع العبارت سلبية ببعد التوقعات السلبية للمستقبل، وتتم الاستجابة لكل منها على تدرج خماسي البدائل وفق طريقة ليكارت (Likert)، وعلى المفحوص أن يحدد مدى انطباق كل فقرة علية، وذلك بوضع علامة (√) أمام الفقرة تحت البديل الذي ينطبق عليه.

ويتم حساب الدرجة الكلية للمفحوص على المقياس بجمع درجاته في الفئات الخمس للمقياس وتتراوح الدرجة الكلية للمفحوص على المقياس في الصورة الأولية بين (٤٤-٢٢٠) درجة، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع الأمل بينما الدرجة المنخفضة فتدل على انخفاض الأمل.

ونظرًا لما تتمتعون به سيادتكم من خبرة علمية فإن الباحث يأمل من سيادتكم التكرم بإبداء آرائكم الموقرة في الحكم على مدى صلاحية هذه العبارات؛ لذا يرجى من سيادتكم التفضل بما يلي:

١. قراءة كل عبارة وما يندرج تحتها بدقة وعناية.

٢. إذا كانت العبارة مناسبة وسليمة لغوياً وتقيس ما وضعت من أجله برجاء وضع علامة (√) في خانة مناسبة.

٣. إذا كانت العبارة غير مناسبة ولا تقيس ما وضعت من أجله برجاء وضع علامة (√) في خانة غير مناسبة.

٤. إذا كانت العبارة تنتمي برجاء وضع علامة (√) في خانة تنتمي.

٥. إذا كانت العبارة لا تنتمي برجاء وضع علامة (√) في خانة لا تنتمي.

٦. إذا كانت العبارة تحتاج إلى تعديل فبرجاء كتابة هذا التعديل من قبلكم.

٧. إذا كان لديكم عبارات أخرى ترون إضافتها فبرجاء إضافتها من قبلكم.

وفى نهاية المقياس ورقة لوضع ملاحظاتكم ومقترحاتكم عليها، علماً بأن مقياس التقدير للاستجابة على هذه العبارات هو مقياس ليكارت (Likert) الخماسي كما يلي:

درجة الموافقة				
يحدث دائماً	يحدث غالباً	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث أبداً
٥	٤	٣	٢	١

باستثناء الفقرات السلبية تصحح بعكس هذا الاتجاه وتحمل أرقام (١٠ ببعد السبل، ٧ و ١٠ بعد الارادة في المكون المعرفي للأمل، وجميع عبارات بعد التوقعات السلبية وعددها ١١ فقرة في المكون الانفعالي للأمل)، ويتقدم الباحث والمشرفون لسيادتكم بالشكر والتقدير على ما تقدموه من أراء ومقترحات تسهم في إثراء البحث وتحقق الهدف منه.

وتفضلوا سيادتكم بقبول وافر الاحترام والتقدير ،،،

الأسـم:

الوظيفة الحالية:

الكلية: الجامعة:

البريد الاليكتروني:

الباحث

جمال السعيد حمادة ناصر

المكون المعرفي

ويعرف إجرائياً بأنـه: هو ذلك المكون الذي يركز على الجوانب المعرفية للأمل، فهو حالة من الحافز الإيجابي القائم على الإحساس المستمر بالنجاح، والقدرة على التخطيط الجيد وفق القدرات المتاحة، ويشتمل على مكونين هما: المسارات أو السبل والقدرة على الفعل أو الإرادة.

البعد الأول: السبل (التخطيط من أجل تحقيق الأهداف) (Pathway)، ويعرف إجرائياً بأنه: قدرة الفرد الفعلية على التوصل إلى مجموعة من الطرق والمسارات البديلة والتي تمكنه من تحقيق أهدافه حال عجز الطرق الأساسية، فهي تشير إلى قدرة الفرد المتخيلة على استحداث سبل ناجحة لتحقيق هذه الأهداف، في ضوء الإيمان الكامل بامكاناته وقدراته.

م	العبارة	رأي المحكمين			
		مناسبة	غير مناسبة	تنتمي	لا تنتمي
١	أستطيع التفكر في عدة طرق للتخلص من أي مأزق.				
٢	أعتقد أن لكل مشكلة أكثر من طريقة لحلها.				
٣	لدي أكثر من طريقة للحصول على الأشياء المهمة في حياتي.				
٤	بإمكاني أن أجد وسيلة لحل المشاكل حتى عندما تثبط عزيمة الآخرين.				
٥	أحاول ان أجد طرائق جديدّة للنجاح رغم فشلي في بعض المواقف.				
٦	أضع أهدافي نصب عيني من اجل تحقيقها.				
٧	أعمل على تحقيق الخطط التي وضعتها لتحقيق أهدافي.				
٨	أعتقد أنه من المهم المرور بخبرات جديدة تغير من الطريقة التي أفكر بها.				
٩	أشعر بالتحدي تجاه الأمور المعيقة لطموحاتي.				
١٠	أرى أني غير قادر على التخطيط للمستقبل.				
١١	اركز على جوانب القوة في داخلي من أجل تحقيق أهدافي.				
عبارات ترون إضافتها					

البعد الثاني: القوة أو القدرة على الفعل (Agency) أو الإرادة (Will)، ويعرف إجرائيا بأنه: تلك الطاقة التي تتولد لدى الفرد وتعمل على البدء ومواصلة التحرك نحو تحقيق الهدف، وذلك من خلال التفكير المتواصل، وحشد الامكانات الذاتية، وشحذ الدافعية الذاتية بامتلاك ألفاظ ومصطلحات محفزة يستخدمها الفرد في حديثه مع الذات.					
م	العبارة	رأي المحكمين			
		مناسبة	غير مناسبة	تنتمي	لا تنتمي
١٢	أسعى بكل همة لتحقيق أهدافي.				
١٣	تحسن تجاربي السابقة إعدادي للمستقبل.				
١٤	أشعر بأني ناجح جداً في حياتي.				
١٥	أحقق الأهداف التي وضعتها لنفسي في العادة.				
١٦	أفكر في الأمور المفرحة.				
١٧	أرى أن الفرج يأتي بعد الشدة.				
١٨	تؤثر الأحداث السلبية الماضية على أهدافي المستقبلية.				
١٩	لديي الإرادة والعزيمة لتحقيق ما أتمناه.				
٢٠	تتوافق توقعاتي المستقبلية مع القدرات التي أمتلكها.				
٢١	أحزن عندما لا تسير الأمور كما أريد.				
٢٢	لدي أعتقاد بأني سأصل لما أريد.				
عبارات ترون إضافتها					

المكون الانفعالي

ويعرف إجرائياً بأنه: هو ذلك المكون الذي يركز على الجوانب الانفعالية للأمل، ويعبر عن سيطرة المشاعر الايجابية المتوقعة في المستقبل على المشاعر السلبية المتوقعة في المستقبل.

البعد الأول: التوقعات الايجابية، ويعرف إجرائياً بأنه: مجموعة المشاعر الايجابية المتولدة من الرغبة الحقيقية في التميز، والناتجة عن التفاعل الايجابي بين العاطفة والادراك، ويقاس إجرائياً من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات أداة الدراسة المعدة لقياس الجانب الانفعالي للأمل.

م	العبارة	رأي المحكمين			
		مناسبة	غير مناسبة	تنتمي	لا تنتمي
٢٣	شعرت من قبل أن الأمور تسير في طريقي.				
٢٤	شعرت قبلاً بسعادة غامرة لان لدي اصدقاء جيدين.				
٢٥	شعرت بالحماسة أو الاهتمام تجاه شيء ما.				
٢٦	شعرت قبلاً بأني في كامل طاقتي وحيويتي.				
٢٧	شعرت يوماً بالفخر تجاه نفسي.				
٢٨	شعرت يوماً بالبهجة الشديدة فيما مضى.				
٢٩	شعرت يوماً أني في الصدارة.				
٣٠	شعرت من قبل بالثقة فيما يتعلق بالمستقبل.				
٣١	شعرت بالسرور البالغ بعد انجازي لشيء ما.				
٣٢	شعرت بأني مصدر إلهام للآخرين.				
٣٣	شعرت بتحسن حياتي يوماً بعد يوم.				

البعد الثاني: التوقعات السلبية وتعرف إجرائياً بأنها: مجموعة المشاعر السلبية المتولدة عن التوقع السلبي لمجريات الأمور، والناتجة عن التفاعل السلبي بين العاطفة والادراك، ويقاس إجرائياً من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات أداة الدراسة المعدة لقياس الجانب الانفعالي للأمل.

م	العبارة	رأي المحكمين			
		مناسبة	غير مناسبة	تنتمي	لا تنتمي
٣٤	سبق لي أن انزعجت من شخص ما من قبل				

م	العبارة	رأي المحكمين			
		مناسبة	غير مناسبة	تنتمي	لا تنتمي
٣٥	شعرت يوما ما بالوحدة الشديدة عندما أبتعد عن الآخرين.				
٣٦	شعرت بقلق شديد فيما مضى.				
٣٧	سبق لي أن شعرت بالخوف لما يمكن أن يحدث.				
٣٨	شعرت بالاحباط أو التعاسة الشديدة فيما مضى.				
٣٩	مر علي وقت شعرت فيه بالاجهاد الشديد.				
٤٠	شعرت يوماً بالتوتر للدرجة التي لا استطيع فيها الجلوس على كرسي لفترة طويلة.				
٤١	مر علي وقت حزنت فيه حتى البكاء.				
٤٢	عانيت من الملل فيما مضى.				
٤٣	شعرت يوماً بأن حياتي بدون هدف.				
٤٤	شعرت يوماً أن الحياة لا تستحق أن تقبل عليها.				
عبارات ترون إضافتها					

ونشكركم لحسن تعاونكم ،،،

الباحث

جمال السعيد حمادة ناصر

ملحق (٣)

الصورة النهائية

مقياس الأمل لدى طلاب كلية التربية

إعداد الباحث

جمال السعيد حمادة ناصر

مقياس الأمل

إعداد / جمال السعيد حمادة ناصر

الأسم:..... التخصص : علمي ☐ أدبي ☐

السن:..... الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

الفرقة: ..... الحالة الاجتماعية : متزوج ☐ أعزب ☐

عزيزي : .....

فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر بوضوح عن رأيك الشخصي تجاه درجة الأمل لديك الماضية و المستقبلية و في الحاضر، مطلوب من سيادتكم معرفة وجهة نظرك الشخصية بصراحة وبأمانة وبصدق وإبراز رأيك ومشاعرك من خلال الإجابة على هذه العبارات بوضع علامة (√) أمام (الدرجة أو الإجابة) التي تراها مناسبة لاتجاهاتك، مع العلم بأنه :

- لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة .
- معلوماتك سرية للغاية ولن تستخدم إلا في إطار البحث العلمي فقط .
- لا تترك عبارة بدون إجابة .
- المقياس للدراسة وليس للتقييم الشخصي .

شكراً لتعاونك

م	العبـــــــــــــــــــــــــــارة	درجـــــــــة الموافقـــــــــة				
		يحدث دائماً	يحدث غالباً	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث أبداً
١	أستطيع التفكير في عدة طرق للتخلص من أي مأزق.					
٢	بإمكاني أن أجد وسيلة لحل المشاكل حتى عندما تثبط عزيمة الآخرين.					
٣	أحاول أن أجد طرائق جديدّة للنجاح رغم فشلي في بعض المواقف.					
٤	أضع أهدافي نصب عيني من أجل تحقيقها.					
٥	لدي مخطط لتحقيق أهدافي في الحياة.					
٦	أعتقد أنه من المهم المرور بخبرات جديدة تغير من الطريقة التي أفكر بها.					
٧	أشعر بالتحدي تجاه الأمور المعيقة لطموحاتي.					
٨	أرى أني غير قادر على التخطيط للمستقبل.					
٩	أستفيد من نقاط القوة في شخصيتي.					
١٠	أسعى بكل همة لتحقيق أهدافي.					
١١	تحسن تجاربي السابقة إعدادي للمستقبل.					
١٢	أشعر بأني ناجح جداً في حياتي.					
١٣	أحقق الأهداف التي وضعتها لنفسي في العادة.					
١٤	أفكر في الأمور المفرحة.					
١٥	أرى أن الفرج يأتي بعد الشدة.					
١٦	تؤثر الأحداث السلبية الماضية على أهدافي المستقبلية.					
١٧	لدي الإرادة والعزيمة لتحقيق ما أتمناه.					
١٨	تتوافق توقعاتي المستقبلية مع القدرات التي أمتلكها.					
١٩	لدي أعتقاد بأني سأصل لما أريد.					

م	العبـــــــــــــــــــــــــــارة	درجـــــــة الموافقـــــــة				
		يحدث دائماً	يحدث غالباً	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث أبداً
٢٠	شعرت من قبل أن الأمور تسير لصالحي.					
٢١	شعرت قبلاً بسعادة غامرة لان لدي أصدقاء جيدين.					
٢٢	شعرت بالحماسة أو الاهتمام تجاه القيام بشيء ما.					
٢٣	شعرت قبلاً بأني في كامل طاقتي وحيويتي.					
٢٤	شعرت يوماً بالفخر تجاه نفسي.					
٢٥	شعرت يوماً أني في مساري الصحيح.					
٢٦	شعرت من قبل بالثقة فيما يتعلق بالمستقبل.					
٢٧	شعرت بالسرور البالغ بعد انجازي لشيء ما.					
٢٨	شعرت بأني مصدر إلهام للآخرين.					
٢٩	شعرت بتحسن حياتي يوماً بعد يوم.					
٣٠	سبق لي أن انزعجت من شخص ما.					
٣١	شعرت يوماً ما بالوحدة الشديدة عندما أبتعد عن الآخرين.					
٣٢	سبق لي أن شعرت بالخوف لما يمكن أن يحدث.					
٣٣	شعرت بالاحباط أو التعاسة الشديد فيما مضى.					
٣٤	شعرت يوماً بالتوتر للدرجة التي لا استطيع فيها الجلوس على كرسي لفترة طويلة.					
٣٥	مر علي وقت حزنت فيه حتى البكاء.					
٣٦	عانيت من الملل فيما مضى.					
٣٧	شعرت يوماً بأن حياتي بدون هدف.					
٣٨	شعرت يوماً أن الحياة لا تستحق أن تقبل عليها.					

مع تمنياتي لك بالتوفيق في حياتك

الباحث

ملحق (٤)

مقياس الذكاء الانفعالي

إعداد : أ .د/ فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق

(٢٠٠١م).

مقياس الذكاء الانفعالي

إعداد : أ .د/ فاروق السيد عثمان ومحمد عبدالسميع رزق (٢٠٠١م).

الأسم:..... التخصص : علمي ☐ أدبي ☐

السن:..... الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

الفرقة: ..... الحالة الاجتماعية : متزوج ☐ أعزب ☐

عزيزي : .....

فيما يلي مجموعة من مجموعة من السلوكيات الحياتية التي يتفاعل بها كل منا مع أحداث الحياة المختلفة والتي تعتبر مهارات وفنون الحياة التي يفضلها كل منا بدرجة ما، والمطلوب منك قراءة كل عبارة بدقة وتحديد الاختيار المناسب منها بوضع علامة (√) أمام (الدرجة أو الإجابة) التي تراها مناسبة لاتجاهاتك، مع العلم بأنه :

- لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة .
- معلوماتك سرية للغاية ولن تستخدم إلا في إطار البحث العلمي فقط .
- لا تترك عبارة بدون إجابة .
- المقياس للدراسة وليس للتقييم الشخصي .

شكراً لتعاونك

م	العبـــــــــــــــــــــــــــارة	درجـــــــة الموافقـــــــة				
		يحدث دائماً	يحدث غالباً	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث أبداً
١	استخدم انفعالاتي الإيجابية والسلبية في قيادة حياتي.					
٢	تساعدني مشاعري السلبية في تغيير حياتي.					
٣	استطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق بي.					
٤	مشاعري السلبية جزء مساعد في حياتي الشخصية.					
٥	ترشدني مشاعري السلبية في التعامل مع الأخرين.					
٦	مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح.					
٧	استطيع إدراك مشاعري الصادقة أغلب الوقت.					
٨	استطيع التعبير عن مشاعري.					
٩	استطيع التحكم في تفكيري السلبي.					
١٠	اعتبر نفسي مسئولاً عن مشاعري.					
١١	استطيع السيطرة على نفسي بعد أي أمر مزعج.					
١٢	أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي.					
١٣	انا هادئ تحت أي ضغوط آتعرض اليها.					
١٤	لا أعطي للانفعالات السلبية أي اهتمام.					
١٥	استطيع أن أكافئ نفسي بعد أي حدث مزعج.					
١٦	استطيع نسيان مشاعري السلبية بسهولة.					
١٧	استطيع التحول من مشاعري السلبية إلى الإيجابية بسهولة.					
١٨	أنا قادر على التحكم في مشاعري عند مواجهة اى مخاطر.					
١٩	آنا صبور حتى عندما لا آحقق نتائج سريعة.					
٢٠	عندما أقوم بعمل ممل فإنني استمتع بهذا العمل.					
٢١	أحاول أن أكون مبتكراً مع تحديات الحياة.					
٢٢	اتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به.					
٢٣	أستطيع انجاز الأعمال المهمة بكل قوتي.					
٢٤	أستطيع انجاز المهام بنشاط وبتركيز عال.					

م	العبـــــــــــــــــــــــــــــارة	درجـــــــة الموافقـــــــة				
		يحدث دائماً	يحدث غالباً	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث أبداً
٢٥	في وجود الضغوط نادراً ما أشعر بالتعب.					
٢٦	عادة ما أستطيع أن أفعل ما احتاجه عاطفيا بإرادتي.					
٢٧	أستطيع تحقيق النجاح حتى تحت الضغوط.					
٢٨	أستطيع استدعاء الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة بيسر.					
٢٩	أستطيع أن أنهمك في إنجاز أعمالي رغم التحدي.					
٣٠	أستطيع تركيز انتباهي في الأعمال المطلوبة مني.					
٣١	أفقد الإحساس بالزمن عند تنفيذ المهام التي تتصف بالتحدي.					
٣٢	أستطيع أن أنحي عواطفي جانباً عندما أقوم بإنجاز أعمالي.					
٣٣	أنا حساس لاحتياجات الآخرين.					
٣٤	أنا فعال في الاستماع لمشاكل الآخرين.					
٣٥	أجيد فهم مشاعر الآخرين.					
٣٦	نادراً ما أغضب إذا ضايقني الناس بأسئلتهم.					
٣٧	أنا قادر على قراءة مشاعر الناس من تعبيرات وجوههم.					
٣٨	أنا حساس للاحتياجات العاطفية للآخرين.					
٣٩	أنا على دراية بالإشارات الاجتماعية التي تصدر من الآخرين.					
٤٠	أنا متناغم مع أحاسيس الآخرين.					
٤١	أستطيع فهم مشاعر الآخرين بسهولة.					
٤٢	لا أجد صعوبة في التحدث أمام الغرباء.					
٤٣	عندي قدرة على التأثير في الآخرين.					
٤٤	عندي قدرة على الإحساس بالناحية الانفعالية للآخرين.					
٤٥	أعتبر نفسي موضع ثقة من الآخرين.					
٤٦	أستطيع الاستجابة لرغبات وانفعالات الآخرين.					
٤٧	أمتلك تأثير قوي على الآخرين في تحديد أهدافهم.					
٤٨	يراني الناس أنني فعالاً تجاه أحاسيس الآخرين.					

م	العبـــــــــــــــــــــــــــــــارة	درجـــــــة الموافقـــــــة				
		يحدث دائماً	يحدث غالباً	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث أبداً
٤٩	أدرك أن لدي مشاعر رقيقة.					
٥٠	تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات هامة في حياتي.					
٥١	يغمرني المزاج السيىء.					
٥٢	عندما أغضب لا يظهر علي آثار الغضب.					
٥٣	يظل لدي الأمل والتفاؤل أمام هزائمي.					
٥٤	أشعر بالانفعالات والمشاعر التي لا يضطر الآخرين للإفصاح عنها.					
٥٥	إحساسي الشديد بمشاعر الآخرين يجعلني مشفق عليهم.					
٥٦	أجد صعوبة في مواجهة صراعات الحياة ومشاعر القلق والإحباط.					
٥٧	أستطيع الشعور بنبض الجماعة والمشاعر التي لا يفصحون عنها.					
٥٨	أستطيع احتواء مشاعر الإجهاد التي تعوق أدائي لأعمالي.					

ملحق (٥)

مقياس قلق المستقبل

إعداد : أ .د/ زينب محمود شقير (٢٠٠٥م)

مقياس قلق المستقبل

إعداد : أ .د/ زينب محمود شقير (٢٠٠٥م)

الأسم:..... التخصص : علمي ☐ أدبي ☐

السن:..... الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

الفرقة: ..... الحالة الاجتماعية : متزوج ☐ أعزب ☐

عزيزي : .....

فيما يلي مجموعة من العبارت التي تعبر بوضوح عن رأيك الشخصي تجاه المستقبل مطلوب من سيادتك معرفة وجهة نظرك الشخصية بصراحة وبأمانة وبصدق وإبراز رأيك ومشاعرك من خلال الإجابة على هذه العبارات بوضع علامة (√) أمام (الدرجة أو الإجابة) التي تريدها بنفسك، مع العلم بأنه :

- لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة .
- معلوماتك سرية للغاية ولن تستخدم إلا في إطار البحث العلمي فقط .
- لا تترك عبارة بدون إجابة .
- المقياس للدراسة وليس للتقييم الشخصي .

شكراً لتعاونك

م	العبـــــــــــــــــــــــــــــارة	درجـــــــة الموافقـــــــة				
		معترض بشدة	معترض أحياناً	بدرجة متوسطة	عادة	دائماً
١	أومن بالقضاء والقدر وأن القدر يحمل أخبار سارة في المستقبل.					
٢	التفوق يدفعني دائماً لمزيد من التفوق وأكافح لتحقيق مستقبل باهر.					
٣	تراودني فكرة أنني قد أصبح شخصاً عظيماً في المستقبل.					
٤	عندي طموحات وأهداف واضحة في الحياة وأعمل لمستقبلي وفقاً لخطة رسمتها لنفسي وأعرف كيف أحققها.					
٥	الالتزام الديني والأخلاقي والتمسك بمبادئ معينة يضمن للأنسان مستقبل آمن.					
٦	الأفضل أن تعمل لدنياك كأنك تعيش أبداً وتعمل لاخرتك كأنك تموت غدا.					
٧	أشعر أن الغد سيكون يوماً ما مشرقاً وستتحقق أمالي في الحياة.					
٨	أملي في الحياة كبير لأن طول لعمر تبلغ الأمل.					
٩	يخبئ الزمن مفاجأت سارة ولا يأس في الحياة ولا حياة مع اليأس.					
١٠	حياتي مملوءة بالحيوية والنشاط والرغبة في تحقيق الآمال.					
١١	يمكنني الخوف والقلق والحيرة عندما أفكر في المستقبل وأنه لا حول لي ولا قوة في المستقبل.					
١٢	يدفعني الفشل إلى اليأس وفقدان الأمل في تحقيق مستقبل أفضل.					
١٣	أنا من الذين يؤمنون بالحظ ويتحركون على أساسه.					
١٤	أفضل طريقة للتعايش مع الحياة هو عدم التفكير في المستقبل وأترك الحياة تمشي زي ما تمشي.					
١٥	تمضي الحياة بشكل مزيف ومحزن ومخيف مما يجعلني أقلق وأخاف من المجهول.					
١٦	أشعر بالفراغ واليأس وفقدان الأمل في الحياة وأنه من الصعب إمكانية تحسنها مستقبلا.					
١٧	أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريباً بسبب كثرة الحوادث هذه الايام.					

م	العبـــــــــــــــــــــــــــــارة	درجـــــــة الموافقـــــــة				
		معترض بشدة	معترض أحياناً	بدرجة متوسطة	عادة	دائماً
١٨	أشعر بتغيرات مستمرة في مظهري تجعلني أخاف أن أكون غير جذاب أمام الآخرين مستقبلا.					
١٩	ينتابني شعور بالخوف والوهم من إصابتي بمرض خطير في أي وقت.					
٢٠	الحياة مملوءة بالعنف والاجرام تجعل الفرد يتوقع الخطر لنفسه في أي وقت.					
٢١	كثرة البطالة في المجتمع يهدد بحياة صعبة وسوء التوافق الزواجي مستقبلا.					
٢٢	غلاء المعيشة وانخفاض العائد المادي يقلقني على مستقبلي.					
٢٣	المستقبل غامض ومبهم لدرجة تجعل من الصعب أن يرسم الشخص أي خطة للأمور الهامة في مستقبلة.					
٢٤	ضغوط الحياة تجعل من الصعب أن أظل محتفظاً بأملي في الحياة وأتفاءل بأنني سأكون في أحسن حال.					
٢٥	أشعر بالقلق الشديد عندما أتخيل إصابتي في حادث .					
٢٦	يغلب علي تفكير الموت في أقرب وقت خاصة عندما أصاب بمرض.					
٢٧	أنا غير راضي عن مستوى معيشتي بوجه عام مما يشعرني بالفشل في المستقبل.					
٢٨	أشعر أن الحياة عقيمة بلا هدف ولا معنى ولا مستقبل واضح.					

ملحق (٦)
ملخص الدراسة

أولاً : الملخص العربي.

ثانياً : الملخص الأجنبي.

أولاً : الملخص باللغة العربية

أولاً: المقدمة

إن المشكلات التي تواجه طلاب الجامعة كثيرة ومتعددة، ذلك أنهم في هذه المرحلة يمرون بخبرات أولية تتعلق بالاستقلالية والمسئولية الذاتية عن أفعالهم وتصرفاتهم، فالعصر الحالي وما تبعه من إنحلال قيمي وأخلاقي أضاف إلى هذه المرحلة مشكلات ساهمت في تعقد مشكلاتهم الأصيلة التي أضحت سمة لهم في هذا العصر، والتي تتمثل في المشكلات النفسية والاجتماعية والاكاديمية والمهنية وغيرها.

هذه المشكلات وما نتج عن العصر الحالي من تغيرات اتسمت بالسرعة والاضطراب في شتى مناحي الحياة مما أدى لتعقدها، الأمر الذي جعل أكثر ما يثير القلق والخوف لدى فئة الشباب وخاصة طلاب الجامعات في الوقت الحاضر هو المستقبل، ذلك أن لديهم آمالاً وطموحات قد تفوق إمكاناتهم وقدراتهم في ظل ما يعانيه المجتمع من مشكلات اقتصادية واجتماعية متصاعدة، مما أدى لمزيد من الإحباط والقلق على ذواتهم ومستقبلهم بل ووجودهم أيضاً.

وتزيد حدة التوتر كلما إقترب الشباب من التخرج، نظراً للعديد من المشكلات التي باتت تؤرقهم بعد أن أضحت واقعاً يقفون على أبوابه بعد أن كانت مجرد مخاوف وقلق من المستقبل، فتدور في عقولهم العديد من التساؤلات التي لا يجدون لها إجابة، فهل يستطيعون الحصول على المهنة الملاءمة التي تتوافق وإمكاناتهم وقدراتهم وما تعلموه في الجامعة؟، وهل ستحقق لهم تلك المهنة أهدافهم الكبيرة وآمالهم العريضة؟، بل كيف سيتعاملون مع زملائهم ورؤسائهم في العمل؟، هل ستعزز تلك المهنة مكانتهم في المجتمع؟، كل هذه التساؤلات لا يستطيعون الإجابة عليها، مما يزيد من حالة الإحباط والقلق التي يعيشون فيها خوفاً ورهبة من الغد.

فالطموحات والتطلعات عريضة، ولكن الصعوبات والتحديات تكثر يوماً عن السابق، والأوضاع الاقتصادية والاجتماعية تسوء يوماً بعد يوم، هذا الصراع بين تلك التطلعات وهذه التحديات جعل من الضروريات أن يتواجد لديهم قدراً ليس بقليل من تلك السمات والخصائص الايجابية كالأمل والذكاء الوجداني، تلك السمات التي تجعلهم يؤمنون بأن رغباتهم وأهدافهم يمكن تحقيقها، وتزيد من قدرتهم على تحدي مصاعب الحياة وتحدياتها، فتخلق لديهم حالة من الصمود والمثابرة حتى تحقيق الأهداف المرجوه، من خلال تركيزهم على الجوانب الايجابية لا السلبية في

حياتهم وذواتهم، فيحسنون التعامل مع مشاعرهم وانفعالاتهم ومع الأخرين، فيستطيعون اتخاذ القرارات المناسبة في الوقت والمكان الملائم.

ثانياً: مشكلة الدراسة

تحددت مشكلة الدراسة في الأسلة التالية:

- هل تختلف درجة الأمل لدى طلاب كلية التربية تبعاً لمتغيرات النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) والتفاعل بينهم؟

- هل تختلف درجة الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية تبعاً لمتغيرات النوع (ذكور/إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) والتفاعل بينهم؟

ثالثاً : أهداف الدراسة

هدفت الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

١- الكشف على تأثير متغيرات النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينهم على الأمل لدى طلاب كلية التربية.

٢- الكشف عن تأثير متغيرات النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينهم على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية.

رابعاً : أهمية الدراسة

تتلخص أهمية البحث فى الآتى:

١- الاهتمام بفئة مهمة من فئات المجتمع وأعمقها أثراً وقوة اليوم وغداً ألا وهم طلاب الجامعات فبهم ينهض المجتمع ويلحق بركب الحضارة، ومن ثم وجب النظر نحو المشكلات التي قد تقف عقبة تجاه مستقبلهم وتعيق توافقهم مع أنفسهم ومع الأخرين.

٢- تنبع أهمية الدراسة من أهمية معرفة الفروق بين طلاب الجامعة في الخصائص النفسية الإيجابية كالأمل والذكاء الوجداني ومدى علاقة هذه الخصائص بقلق المستقبل لديهم.

٣- تساهم الدراسة في إثراء المكتبة العربية بدراسة أخرى عن متغيرين إيجابيين هامين هما الأمل والذكاء الوجداني لدى فئة هامة هم طلاب الجامعة.

٤- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية العاملين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي في وضع برامج إرشادية تهدف إلى تعريف هذه الفئة على المصادر التي تعمل على تنمية الأمل والذكاء الوجداني لديهم مما يمكنهم من خفض مستوى قلق المستقبل لديهم.

٥- التعرف على دور بعض المتغيرات كالنوع والتخصص العلمي ومستوى قلق المستقبل على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة.

خامساً : محددات الدراسة

تحددت الدراسة الحالية بالاتي:

١- عينة الدراسة:

بلغ حجم عينة الدراسة (٢٤٠) طالب وطالبة، من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية – جامعة كفرالشيخ (مناصفة)، وكان متوسط العمر الزمني (٢٠،٢٣) عاماً، وتم تطبيقها خلال الفصل الدراسي الأول والثاني من العام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٧م، وذلك بناء على خطاب من كلية التربية – جامعة مدينة السادات، وبالتعاون مع كلية التربية –جامعة كفرالشيخ. حيث تم اختيار عينة التطبيق الأساسية بالطريقة العشوائية الطبقية من عينة مبدئية قدرها (٤٨٠) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الرابعة والبالغ عددهم (٩٦١) طالب وطالبة، حيث تم مراعاة متغيرات الجنس والتخصص في عينة التطبيق مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل والتي بلغت (٢٤٠) طالب وطالبة.

٢- أدوات الدراسة:

استخدمت الدراسة الأدوات الآتية:

أ- مقياس الأمل إعداد الباحث.

ب- مقياس الذكاء الوجداني إعداد فاروق عثمان السيد ومحمد عبدالسميع رزق (٢٠٠١م).

ج- مقياس قلق المستقبل إعداد زينب شقير (٢٠٠٥م).

د- منهجية الدراسة:

وفق مشكلة وأسئلة الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي المقارن، حيث سيتم الإجابة على أسئلة الدراسة من خلال الإحصاء الوصفي المناسب لطبيعة الدراسة ثم استخراج المتوسطات

الحسابية، والإنحرافات المعيارية وإختبار(ت) وتحليل التباين لمعرفة الفروق بين مستويات الأمل والذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة وفقا لبعض المتغيرات (النوع / التخصص).

هـ- الأساليب الإحصائية:

الأساليب الإحصائية المستخدمة للتحقق من فروض الدراسة هي :

- معامل الارتباط.

- معادلة الفا كرونباخ.

- المتوسطات والانحرافات المعيارية.

- تحليل التباين الثلاثي.

سادساً : فروض الدراسة

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسات السابقة والإطار النظري أمكن صياغة فروض الدراسة كالتالي:

١- لا يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينها على الأمل لدى طلاب كلية التربية".

٢- لا يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع)، والتفاعل بينها على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية".

سابعاً : النتائج والتوصيات

كشفت نتائج الدراسة الحالية عن الآتي:

١- يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث) ولصالح الذكور، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) ولصالح منخفضي قلق المستقبل، والتفاعل بين (النوع ومستوى قلق المستقبل، التخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل) على الأمل لدى طلاب كلية التربية، في

حين لم يوجد تأثير دال إحصائيًا لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على الأمل لدى طلاب كلية التربية.

٢- يوجد تأثير دال إحصائيًا لكل من متغير النوع (ذكور/ إناث) ولصالح الذكور، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/ مرتفع) ولصالح منخفضي قلق المستقبل، والتفاعل بين (النوع ومستوى قلق المستقبل، التخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل) على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، في حين لم يوجد تأثير دال إحصائيًا لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية.

وعلى هذا الأساس يقدم الباحث بعض التوصيات التالية:

١- عمل دراسات أكثر عمقاً عن أثر قلق المستقبل ومسبباته لدى طلاب الجامعة بشكل عام، وطلاب الفرق النهائية بشكل خاص نظراً لأنها أشد تأثراً، بسبب تعدد ضغوط العصر الحالي.

٢- عمل دراسات متخصصة عن أثر المتغيرات الايجابية كالأمل والذكاء الوجداني في شخصية هذه الفئة، كونهم أحوج الفئات العمرية لها، في ظل التحولات السريعة، وتزايد مستويات القلق والاحباط والخوف من المستقبل، مما يستلزم معه ضرورة العناية والاهتمام بتلك المتغيرات التي تساهم في إحداث نوع من التوافق النفسي لديهم.

٣- تصميم برامج إرشادية من قبل المتخصصين للعمل على تنمية تلك الخصائص الايجابية التي تمكن هذه الفئة من مواجهة الضغوط المتزايدة يوماً بعد أخر.

٤- العناية بالإرشاد والتوجيه التربوي من قبل المتخصصين، واتخاذ بعض الإجراءات التي من شأنها أن تفيد في تخفيض مستوى القلق من المستقبل لدى هذه الفئة.

٥- تضمين المناهج الدراسية بموضوعات تتعلق بقلق المستقبل وعلم المستقبليات، وكيفية التعامل معها من خلال العناية بالخصال الايجابية في الشخصية والتي تلعب دوراً هاماً في حياة الأفراد.

٦- مساعدة طلاب الجامعة على إدراك مشكلاتهم الاجتماعية والاقتصادية ومحاولة إيجاد حلول لها، وعدم الارتكان للوظائف الحكومية، والايمان بقدراتهم في فتح أبواب جديدة للعمل من خلال إبراز دور الذكاء الوجداني في تفهم مشاعرهم وانفعالاتهم ومشاعر وانفعالات الأخرين، ومن ثم القدرة الجيدة على التواصل الايجابي معهم.

First: English Summary

First: introduction

The problems which facing the university students are many: since at this stage they have initial experiences concerning independence and self-responsibility for their actions and behaviors. The current age and its consequent value and moral deterioration have added problems to this stage that contributed to the complexity of their original problems in this age which represented a characteristic of this age. These problems include psychological, social, academic, professional problems and others.

These problems and the resultant changes of the current age are characterized by speed and turmoil in various fields of life, which led to its complexity. This situation has made the most alarming and fear among the youth, especially university students at the present time is the future, because they have hopes and ambitions that may exceed their potentials and abilities in terms of what continued social and economic problems facing the society, leading to more frustration and anxiety for themselves, their future and even their existence.

Tension increases as young people get closer to graduation, because of the many problems that have become distressing after they have become a reality that are standing on its doors after they were just fears and anxiety of the future. Many questions are asked in their minds, which cannot be answered: can they get the appropriate job that fit their abilities and potentials, and what they have been learned in the university?, Will this job achieve his great goals and broad hopes ?, in addition, how will they deal with their colleagues and bosses at work ?, Will this job strengthen their position in the society ?, they can’t answer all these questions, which increases the state of frustration and anxiety in which they live in fear of tomorrow.

The challenges and aspirations are wide, but the difficulties and challenges are more than ever before. The economic and social conditions are worsening day by day. This conflict between these aspirations and these challenges made it necessary for them to have quite a few of these positive characteristics and merits such as hope and emotional intelligence. These

merits make them believe that their wishes and goals can be achieved, and increase their ability to challenge the difficulties and challenges of life, as they create a state of steadfastness and persistence to achieve the desired goals, by focusing on the positive and not the negative aspects of their lives and their selves, and better deal with their feelings, emotions and others. They can make the appropriate decisions at the right time and place.

Second; the problem of the study

The problem of the study was identified in the following questions:
- Does the degree of hope among the students of the Faculty of Education due to gender variable (males / females), academic specialization (scientific / literary), and level of future anxiety (low / high) and interaction between them?

- Does the degree of the emotional intelligence of the students of the Faculty of Education due to gender variable (males / females), academic specialization (scientific / literary), and level of future anxiety (low / high) and interaction between them?

Third: the Objectives of the study

The study aimed at achieving the following:

1 – Detection of the effect of due to gender variable (males / females), academic specialization (scientific / literary), and level of future anxiety (low / high) And the interaction between them on the degree of hope of students of the Faculty of Education.

2 – Detection of the effect of due to gender variable (males / females), academic specialization (scientific / literary), and level of future anxiety (low / high) And the interaction between them on the degree of the emotional intelligence of students of the Faculty of Education.

Fourth: The significance of the study

The significance of the study is outlined as follows:

1. Attention to an important category of society that has the deepest impact and strength today and tomorrow, they are students of universities. The society is developed and joins the civilized world by them. Thus, it is a must to consider the problems that may form an obstacle to their future and hinder their compatibility with themselves and with others.
2. The significance of the study stems from the importance of identifying the differences between university students in the positive psychological characteristics such as hope and emotional intelligence and the extent to which these characteristics relate to their future anxiety.
3. The study contributes to enriching the Arabic library with another study on two important positive variables: hope and emotional intelligence among an important group, i.e., university students.
4. The results of the present study may benefit the concerned who work in the field of psychological and educational guidance in setting guidance programs aimed at informing this category about the sources that develop their hope and emotional intelligence, enabling them to reduce the level of their future anxiety.
5. Identifying the role of some variables such as gender, scientific specialization and the level of future anxiety on hope and emotional intelligence among university students.

Fifth: the Delimitations of the study

The present study is identified by the following:

1- **The Sample of the Study**:

The sample size of the present study was 240 students (males and females) from the fourth year of the faculty of education at the University of Kafr El-Sheikh (equally). Their ages ranged between (20, 23) years. The study was conducted during the first and second semesters of the academic year 2016/2017 based on a letter from the Faculty of Education - Sadat City University, in cooperation with the faculty of Education in Kafr El-Sheikh. The sample of the application was selected using random stratified method from an initial sample of (480) students (males and females) from the fourth year, where the variables of gender and specialization were taken into account in the high and low application sample of 240 students.

2. The instruments of the Study:

The study used the following instruments:

a) Hope scale prepared by the researcher.
b) Emotional intelligence scale prepared by Farouk Osman Elsayed and Mohammed Abdul - Samee Rizk (2001).
c) Future anxiety scale prepared by Zainab Shoqair (2005).
d) The methodology of the study:

The researcher used the comparative descriptive approach in accordance with the problem and question of the study, as the questions of the study will be answered through the descriptive statistics that are suitable for the nature of the present study, and then getting means, standard deviations, T test, and the variance analysis to determine the differences between the levels of hope and emotional intelligence in the study sample according to some variables (gender / specialization).

e) Statistical Methods:

The statistical methods used to prove the study hypotheses are:

-T test.

- Correlation coefficient.

- Means and standard deviations.

Sixth: the hypotheses of the Study

In light of the results of the previous studies and the theoretical framework, the study hypotheses can be formulated as follows:

1. There is no statistically significant effect on the gender variable (males / females), academic specialization (scientific / literary), the level of future anxiety (low / high), and interaction among them on the hope of the students of the Faculty of Education.

2. There is no statistically significant effect on the gender variable (males / females), academic specialization (scientific / literary), the level of future

anxiety (low / high), and interaction among them on the emotional intelligence of the students of the Faculty of Education.

Seventh: Conclusions and Recommendations

The results of the present study revealed the following:

1- There is a statistically significant effect of the gender variable (males / females) in favor of males, the level of future anxiety (low / high) in favor of students of low future anxiety, and the interaction among (the gender and the level of future anxiety, and the academic specialization and the level of future anxiety) on the hope among the students of the Faculty of Education. However, there is no a statistically significant effect of the variable of academic specialization (scientific / literary) on the hope and emotional intelligence among the students of the Faculty of Education.
2- There is a statistically significant effect of the gender variable (males / females) in favor of males, the level of future anxiety (low / high) in favor of students of low future anxiety, and the interaction among (the gender and the level of future anxiety, and the academic specialization and the level of future anxiety) on the emotional intelligence among the students of the Faculty of Education. However, there is no a statistically significant effect of the variable of academic specialization (scientific / literary) on the hope and emotional intelligence among the students of the Faculty of Education.

Based on this basis, the researcher makes some of the following recommendations:

1- Conducting more in-depth studies on the impact of future anxiety and its causes among university students in general, and undergraduate students in particular because they are most affected by the multiplicity of pressures they face in the present age.
2- Conducting specialized studies on the impact of positive variables such as hope and emotional intelligence on the personality of this category, as they are the most age groups than need them, in light of the rapid changes, and increasing levels of anxiety, frustration and fear of the future, which requires the need to care and attention to those variables that contribute to

cause a kind of Psychological compatibility, by emphasizing belief in their abilities to face these challenges.

3- Designing guidance programs by specialists to work on the development of those positive characteristics that enable this group to face the increasing pressure day after day.
4- Paying attention to guidance and educational directing by specialists and taking some actions that will benefit in reducing the level of anxiety of the future among this category.
5- Including topics related to future anxiety and the science of the future, and how to deal with them by taking care of personal positive characteristics, which plays an important role in the lives of individuals in the academic curricula.
6- Helping university students to recognize their social and economic problems, to try to find solutions to them and non-reliance on government jobs, and to believe in their abilities to open new doors for work by highlighting the role of emotional intelligence in understanding the feelings and emotions and the feelings and emotions of others, and thus good ability to communicate positively with them.

Al-Sadat City University

Faculty of Education

Department of Psychology

(Mental Health)

Hope and Emotional Intelligence among College Education Students with High and Low Future Anxiety.

A thesis submitted for the fulfillment of the M.A in Education (Psychology & Mental Health)

By

Gamal Elsaid Hamada Nasser

First teacher A at Ministry of Educaion

Supervisors

Prof. Dr. Shaaban Hussein Mohammed

Prof. of Mental Health

Faculty of education – Al-Minya University

Assistant Prof. Dr. Ahmed Thabet Fadel

Acting Head of Psychology Department

Faculty of education – Al-Sadat City University

2017 A.D – 1438 A.H